سولہ سنگاروں والا دنیا بھر کے کوک شاستروں کا ترجمہ
جوانی کا پورا پورا لطف دلانے والا ہر قسم کی امراض زنانہ
و مردانہ سے محفوظ رکھنے والا

مفید عالم کشمیری لذت النساء

کوک شاستر یا تصویر
خفیہ

مصنف: کوکا پنڈت سابق وزیر اعظم کشمیر

یہ کتاب صرف ان لوگوں کے لئے شائع کی گئی ہے جنکی شادی ہونے والی ہو یا ہو چکی ہے
تاکہ اسکا مطالعہ کرنے کے بعد وہ کامیاب اور پر سکون زندگی گذار سکیں۔

سولہ سنگاروں والا دنیا بھر کے کوک شاستروں کا نچوڑ
جوانی کا پورا پورا لطف دلانے والا ہر قسم کی امراض زنانہ
و مردانہ سے محفوظ رکھنے والا

مفید عالم کشمیری لذت النساء

کوک شاستر خفیہ با تصویر

مصنفہ: کوکا پنڈت سابق وزیر اعظم کشمیر

یہ کتاب صرف ان لوگوں کے لئے شائع کی گئی ہے جنکی شادی ہونیوالی یا ہو چکی ہے
تاکہ اسکا مطالعہ کرنے کے بعد وہ کامیاب اور پرسکون زندگی گذار سکیں۔

فہرست مضامین

دیباچہ

یوں تو بے شمار کوک شاستر بازار میں دیکھنے میں آتے ہیں لیکن زیرِ نظر
کوک شاستر اپنی طرز اور شان کا ایک ہی نرالا شاہکار ہے۔ اس میں
ان پوشیدہ اسرار کا انکشاف کیا گیا ہے جس پر عمل پیرا ہو کر نوجوان
طبقہ صحیح معنوں میں مستفید ہو سکتا ہے۔ اس کتاب میں کوک شاستر کی
تشریح، بچہ کی پیدائش کی ترتیب، زندگی کے حالات، اعضائے
بدنی کے بارے میں حیرت انگیز تجربات، مردوں اور عورتوں کی
اقسام، زنانہ و مردانہ حسن کا طبی معیار۔ شباب اور جوانی کے
متعلق پر لطف راحت بخش باتیں۔ شادی خانہ آبادی کی غرض و غایت
معاشرت کے ضروری مسائل جن پر کاربند رہ کر سچی خوشیاں نصیب
ہو سکتی ہیں۔ بڑے دلکش انداز میں بیان کی گئی ہیں۔

آخری ابواب میں مردانہ زنانہ اور بچوں کے خاص امراض کے
تیر بہدف نسخہ جات درج کر کے کتاب کی افادیت کو بڑھا دیا
گیا ہے۔ نسخے سہل ہیں اور بے حد فائدہ مند بھی۔ امید ہے کہ یہ
مختصر سی کتاب شائقین کی نظروں میں شرفِ قبولیت حاصل
کرے گی۔

(مؤلف)

پہلا باب

کوک شاستر کی تشریح اور ضروریات

کوک شاستر کا لفظ کوک سے بنا ہوا ہے جس کے معنی پہلو اور مجازاً مستورات کی شرمگاہ سے مراد لیتے ہیں۔ شاستر کے معنی کتاب کے ہیں پس کوک شاستر اس علم اور فن کو کہتے ہیں جس پر عمل کر کے انسان خوبصورت اور تندرست اولاد نرینہ پیدا کرنے کے متعلق پوری پوری واقفیت حاصل کر سکے اس سے ظاہر ہے کہ یہ علم مردوں عورتوں نوجوان لڑکوں اور لڑکیوں کے لئے کس قدر ضروری ہے۔

بعض لوگ کوک شاستر کو ریاست کشمیر کے کسی سابق وزیر اور مشیر کوکا پنڈت سے منسوب کرتے ہیں لیکن یہ محض ان کی خواہش، اعتقادی اور خوش فہمی ہے ورنہ حقیقت یہ ہے کہ کوکا پنڈت کا صرف نام ہی ہے۔ کوکا پنڈت کے متعلق جو روایات بیان کی جاتی ہیں ناظرین کی دلچسپی کے لئے وہ بھی مختصراً درج کی جائیں گی۔ لیکن امر واقعہ یہ ہے کہ اس علم اور فن کا جاننا ہر ایسے نوجوان مرد اور عورت کے لئے اشد ضروری ہے جو دنیاوی سلسلہ قائم رکھنے کے لئے شادی کرتا اور تندرست اولاد پیدا کرنا اپنا فرض اولین

سمجھتے ہیں یورپ اور امریکہ کے مہذب صوبوں میں نوجوان کی
رہنمائی کے لئے ایسی بے شمار کتب شائع ہوتی ہیں۔

بدقسمتی سے ہمارے ملک کا یہ حال ہے کہ کوک شاستر کا
نام نہیں آیا اور نوجوان کا دل للچایا نہیں وہ کھوٹے بھائے کوک
شاستر کے مفہوم سے عجیب وغریب خیالات اور تصورات اپنے
دلوں میں قائم کر لیتے ہیں ان کا دائرہ خیال ۸۴ آسنوں کے چکر
کے گرد گھومتا ہے مگر وہ ایک حد تک معذور بھی ہیں لیکن بیہودہ
اور بعید ایک ایسی مخرب الاخلاق اور فحش کتب کے فرضی ناموں سے
اور گمنام پبلشروں کے جھوٹے غلط اور خالص چار سو بیس کے
اقسام کے طویل اشتہاروں سے انہیں گمراہ کر رکھا ہے ضرورت
تھی کہ نونہالان وطن کے مفاد کے لئے ایک ایسی کتاب لی جائے
جو نوجوان طبقہ کی صحیح طور پر رہنمائی کر سکے انہیں تندرست انسان
چلبن شہری جو ایک تندرست خوبصورت مرد یا عورت کہلانے
کے قابل یا مستحق بنا سکے۔

یہ کتاب نہایت تحقیق اور مطالعہ کے بعد تالیف کی گئی ہے
لطف یہ ہے کہ اس میں کسی قسم کی لغویت یا بیہودگی کو داخل
نہیں کیا گیا۔ اصول مباشرت پر نہایت شستہ پیرایہ میں
روشنی ڈالی گئی ہے۔

حفظان صحت کے اصولوں تندرست رہنے اور جوانی
کی حفاظت کے طریقوں حسب مرضی لڑکا یا لڑکی پیدا کرنے
کے رازوں درازی عمر کے اصولوں نیز حسن اور جوانی قائم

رکھنے بچہ اور زچہ کی حفاظت کے طریقوں اولاد کی پرورش کے متعلق مفید باتوں کے علاوہ امراض مخصوصہ مرداں اور زناں کے تیر بہدف نسخوں اور صد ہا راز ہائے سربستہ کا انکشاف کیا گیا ہے جس پر عمل پیرا ہو کر تو جوان طبقہ اس کتاب سے بہت کچھ حاصل کر کے مستفید ہو سکتا ہے ۔

کوکا پنڈت کے دلچسپ خیالات

کوکا شاستر و کوک شاستر کوکا پنڈت کے نام سے منسوب کرنے والے اصحاب و دیگر شائقین کی دلچسپی کے لئے کوکا پنڈت کے حالات زندگی درج کئے جاتے ہیں ان کا اصلی نام پنڈت کانتی ناتھ تھا یہ راجہ شانتن دیو والئے کشمیر کے عہد میں پیدا ہوئے تھے والد کا نام پنڈت دینا ناتھ تھا۔ چونکہ پنڈت دینا ناتھ وزیر ریاست تھے مال و دولت کی کمی نہ تھی۔ انہوں نے اپنے فرزند کانتی ناتھ المعروف کوکا پنڈت کی امیرانہ پرورش میں کوئی دقیقہ فروگذاشت نہ کیا۔ انہی دنوں اتفاق سے راجہ شانتن دیو کے گھر بھی راج کمار پیدا ہوا تھا۔ جس کا نام شمبھو جیت سنگھ رکھا گیا تھا۔ کوکا اور راجکمار میں گہری دوستی ہو گئی۔ دونوں ہر وقت ساتھ ہی رہتے اکٹھے کھیلتے اور کبھی ایک دوسرے سے جدا ہونا پسند نہ کرتے تھے۔

راجہ شانت دیو کی وفات کے بعد شمبھو سنگھ تخت و تاج کا
مالک بنا اور کوکا پنڈت وزیر اعظم کے عہدہ جلیلہ پر سرفراز ہوا
کچھ عرصہ کے بعد اس نے راجہ سے درخواست کی کہ سیر و سیاحت
اور تجربات دنیا کے حصول کے لئے اسے پانچ سال کی رخصت
عطا کی جائے راجہ نے اسکی درخواست منظور کر لی۔

کوکا پنڈت کا اس پانچ سال تک سیر و سیاحت کرتا رہا
اور عجائبات عالم سے لطف اندوز ہوتا رہا۔ اس عرصہ میں اس
نے دنیا کے بہت سے ملکوں کی سیر کی علم و فن میں تو پہلے ہی وہ
اپنی نظیر آپ تھا۔ کوکا شاستر صنعت نازک کو خوش کرنے اور
ان پر پورا پورا قابو پانے میں بھی خوب تجربہ حاصل کر چکا تھا
کئی ملکوں کی عورتوں کے حسن کی تفصیل اس کی زبانی بھی کہتے
ہیں کہ وہ سراندیپ لنکا کے حسن کی بہت تعریف کرتا رہا
راجہ شمبھو سنگھ کو بھی سراندیپ کی عورتوں سے صحبت کا اشتیاق
ہوا اس نے کوکا پنڈت سے اس علاقہ کی چند حسین و جمیل اور
نوجوان کنواری عورتیں لانے کے لیے سراندیپ کو روانہ کیا۔
کچھ عرصہ کے بعد کوکا پنڈت کئی خوبصورت پری پیکر حسین و جمیل
عورتیں لے کر واپس کشمیر پہنچا۔ راجہ ان کی خوبصورتی دیکھ کر
نہایت خوش ہوا اور کوکا پنڈت کو انعام و اکرام سے مالا مال
کر دیا لیکن راجہ شمبھو سنگھ ان عورتوں کے سنسنی پیدا کر دینے
والے بیان سے حیران ہو گیا ان مہ جبینوں نے یک [illegible] زبان ہو کر
راجہ [illegible] کہا۔ عالم پناہ ہم آپ کے قابل نہیں [illegible] ایک

وزیر ہمارا دین عصمت خراب کر چکا ہے۔ راجہ کے غصے کی کوئی انتہا نہ رہی۔ اس نے کوکا کو جیل میں بھجوا دیا اور خود ان عورتوں کے بیان کی تصدیق کرنے لگا۔ راجہ شمبھو سنگھ کو ان مستورات کی کوکھ شرمگاہ کے پردہ بکارت کی موجودگی و دیگر ظاہری باتوں کو دیکھ کر کچھ شک سا پڑ گیا لیکن ان عورتوں نے کہا۔ آپ حیران نہ ہوں۔ آپ کا عقل مند اور چالاک وزیر اودیانت کے ذریعہ لطف حاصل کردہ عورتوں کے بدن اور اعضائے مخصوصہ کو کنواریوں کی مانند بنا دیتے ہیں ماہر اور کامل استاد ہے۔ سچ تو یہ ہے کہ مستورات کو کوکا جیسا مشہور اور مرد کامل کا ملنا محال ہے۔

ایک عجیب واقعہ

کئی سال کوکا پنڈت جیل کی ہوا کھاتا رہا۔ کہتے ہیں ایک دن ایک عجیب واقعہ پیدا ہوا۔ راجہ شمبھو سنگھ کا دربار سجا ہوا تھا۔ وزراء اور دیگر اراکین دولت موجود تھے۔ کہ ایک خوبصورت اور جوان عورت برہنہ حالت میں دربار میں آکھڑی ہوگئی۔

راجہ اس عورت کی بے حیائی اور اس بے باکانہ حرکت پر حیران ہوگیا اس نے ملامت آمیز لہجہ میں عریاں حالت میں مردوں کے سامنے آنے کی وجہ دریافت کی اس منہ پھٹ

عورت نے ہنس کر جواب دیا۔
راجن مجھے آپ حضور کے دربار میں کوئی مرد نظر نہیں آتا۔
اگر کوئی ہے تو بندی چیلنج کرتی ہے کہ وہ مجھے زیر کر کے دکھائے
دربار میں سناٹا چھا گیا۔ سب ایک دوسرے کا منہ تکنے لگے۔
مگر اس بے باک عورت کے سامنے آنے کی یا اس پر غلبہ پانے
کی یا دوسرے الفاظ میں اس کا چیلنج منظور کرنے کی جرأت
کسی کو نہ ہوئی۔ راجہ بھی اس عجیب واقعہ پر حیران اور شدید
ہو رہا تھا۔ کہ اتنے میں ایک وزیر نے یہ الفاظ منہ سے نکالے
کہ ایسی عورت کو کوکا پنڈت کے سپرد کرنا چاہیے۔ وہ یقیناً
امتحان میں پورا اتر سکتا ہے۔

راجہ نے اسی دم کوکا پنڈت کو دربار میں حاضر کرنے کا حکم
صادر کیا۔ آن کی آن میں کوکا پنڈت کو پولیس کی حراست
میں حاضر کیا گیا۔ اسے عورت کے کہے ہوئے الفاظ سے بھی
آگاہ کر دیا گیا۔ کوکا پنڈت راجہ کے پاس سے اس بد عورت
کو اپنے مکان میں لے گیا۔ اس سے پیار و محبت کی گفتگو اور
بوس و کنار کے بعد منزلِ عشرت تک نوبت پہنچی۔ اب یہ عالم
تھا کہ اس عورت کو اسی حالت میں چھوڑ کر وہ راجہ کے پاس پہنچا
اور اس کے چیلنج کو بے حقیقت ثابت کرنے کیلئے عورت
کے ملاحظہ کی درخواست کی۔

راجہ شمبھو سنگھ نفس نفیس اس بے حیا عورت کو دیکھنے
کے لئے اس کے پاس پہنچا۔ ابھی تک وہ بیہوش تھی۔ اس کے

دونوں پستانوں میں باریک سوئیاں چبھی ہوئی تھیں جو کوکا نے
قصداً چبھوئی تھیں۔ سوئیاں نکال کر اسے ہوش میں لایا گیا۔
جب کوکا پر اس کی نظر پڑی اور راجہ کو بھی اپنے پاس کھڑے
پایا تو وہ نہایت نادم اور شرم زدہ ہوئی اس نے ایک ہاتھ
شرمگاہ پر رکھ لیا اور دوسرا پستانوں پر رکھ کر نگاہیں نیچی کر لیں،
اور اپنی غلطی کا اعتراف کر کے کپڑوں کا کہنے لگی۔ کوکا نے اپنے
گھر سے کپڑوں کا انتظام کر دیا۔ آخرکار اس عورت نے التجا کی
کہ اس کی شادی کوکا سے کر دی جائے۔ راجہ نے کہا۔ وہ
تو بڑے درجہ کا بے ایمان ہے نیز آجکل قید کی حالت میں
ہے۔ اسے ابھی کئی سال جیل میں کاٹنے ہیں لیکن عورت نے
جواب دیا کہ مجھے بھی اس کے ساتھ جیل میں بھیج دیتا اگر آپ
نے میری شادی اس کے ساتھ نہ کی تو میں زندہ نہ رہوں گی۔
خودکشی کر کے اپنی جان پر کھیل جاؤں گی۔ آخر راجہ کو اس عورت
کا سوال پورا کرنا پڑا۔ نہ صرف کوکا پنڈت کا بیاہ ہی اس
عورت سے ہو گیا۔ بلکہ اسے وزارت کے عہدہ پر بھی
دوبارہ بحال کر دیا گیا۔ راجہ کی خواہش پر کوکا پنڈت نے
کوک شاستر مرتب کیا۔ جو بعد میں کوک شاستر کے نام سے
مشہور ہوا لیکن انقلاب زمانہ کے زیر اثر نہ کوکا رہا نہ اسکا
کوک شاستر سب باتیں افسانہ ہو کر رہ گئیں تاہم ہماری کتاب
میں وہ تمام مفید اور کارآمد ضروری باتیں درج ہیں جو کوکا پنڈت،
کوک شاستر سے منسوب ہیں۔

دوسرا باب

مردوں اور عورتوں کی اقسام

مردوں کی اقسام : قدیم شاستر کی رُو سے مردوں کی چار قسمیں ہیں :-

(۱) ششنک مرد (۲) ٹراس مرد
(۳) کبھرگو (۴) تامس

ششنک مرد

مردوں کی یہ قسم سب سے افضل شمار ہوتی ہے خوبصورت رنگ حسین و دلفریب شکل کشادہ پیشانی گول چہرہ ناک قلم کی مانند لمبا اور دلکش کان ہونٹ دیدہ زیب اور باریک آنکھیں آہوئے ختن کے مشابہ بال بالکل سیاہ یا کھوڑے پنڈلی پتلی ناخن سرخ بہت دبلا نہ کھدرا اور موٹا بازو لمبے میانہ رو کلام میں متانت اور سنجیدگی قول کا پورا اور ارادے کا پکا جرات اور دلیری میں اپنی نظیر آپ اور یہ صفت موصوف اس قسم کے مرد جماع کے کبھی زیادہ حریص نہیں ہوتے۔

۲۔ راجس مردمرگ

یہ ششنک سے دوسرے درجہ پر شمار ہوتے ہیں ایسے مرد متوسط درجہ کے خوبصورت اور گندمی رنگ کے ہوتے ہیں پیشانی بلند اور اندر کی طرف کچھ جھکی ہوئی چہرہ موزوں ناک کے نتھنے قدرے موٹے ہونٹ اور کان میانہ درجہ کی آنکھیں سیاہی مائل بال کالے یا بھورے بازو لمبائی میں قدرے کم۔ جسم کبھی کچھ بھاری، صحت اور دیگر معاملات میں سنجیدگی مگر جرأت یا دلیری کم۔ اپنے آپ میں مست۔ جلد باز۔ خود پرست۔ پہل کرنے میں سب سے مقدم۔ مگر جلد ارادوں کو تبدیل کر لینے والے۔ شراب اور رومانس کے شوقین۔ معاشرت کے آرزومند۔ شہرت اور امارت کے خواہاں مستورات کو اپنے دام میں پھنسا لینے والے۔ وعدوں پر اچھی طرح پورا اترنے والے۔

۳۔ بھبر گو مرد

خوبصورت اور نہ ہی زیادہ بدصورت مگر بدصورتی کا خواہاں مستورات کی طرح بناؤ سنگار کا شوقین چہرے اور کپڑوں کو صاف رکھنے والا دبلا پتلا چوڑے گالوں والا پیٹھ اور کانوں پر بھی بال آنکھیں بھی اندر کی طرف جھکی ہوئی ہیں۔ منہ پر

نلوں کے نشان بھی ہوتے ہیں۔ جلدباز اور بے صبراپن کا مظاہرہ کرنے والا، پرلے درجے کا خود پرست اور حد سے زیادہ مطلب پرست۔ والدین اور حاکموں کی بھی پرواہ نہ کرنے والا۔ عورتوں سے بدظن رہنے والا مگر انہ غلام رکھنے کا خواہش مند مستورات اس قسم کے چنداں خوش نہیں رہتی ہیں۔

دیگراں را نصیحت اور خود میاں فصیحت کے مد آپ تو شراب اور برے کاموں کا دلدادہ مگر دوسر پر نکتہ چینی کرنے والا۔ زودرنج اور وعدوں سے منحرف ہو جانے والا۔ دوسروں کے احسانات اور نیکیوں کو بھلا دینے والا اور شہوت پرست بھی ہوتا ہے۔

۴۔ تامس مرداشو

ہنر اور فنون لطیفہ میں دلچسپی لینے والا مگر دنیا کے کاموں میں نہایت کاہل اور سست، تو خود اس قسم کے مرد کا سر چھوٹا یا ٹھا ٹنگیں چھوٹی و دیگر خدوخال کچھ اچھے ہوتے ہیں مگر آواز کھردری اور کرخت آنکھیں کھوئی کھوئی، پیشانی تنگ خود پرست اور ناتونی اقرار سے منحرف ہو جانے والا۔ ناقابل اعتبار شراب بھنگ چرس افیون سے بھی پرہیز نہ کرنے والا۔ چوری ٹھگی اور جوئے کا بھی شوقین۔ دوستوں کو بھی وقتاً فوقتاً دھوکا دینے

والا۔ جماع کا حد سے زیادہ دل دادہ ایسے مرد بہت جلد جوہر مردانہ سے محروم ہو جاتے ہیں۔

عورتوں کی اقسام

شاستر کے مطابق مردوں کی طرح عورتوں کی بھی چار قسمیں ہیں
(۱) پدمنی (۲) چترنی (۳) ہستنی (۴) سنکھنی
پدمنی کی قسم کا درجہ ششک مرد کے برابر ہوتا ہے۔

پدمنی: اس قسم کی عورت خوبصورت حسین و جمیل نازک اندام اور متناسب الاعضا ہوتی ہے اسکے بال شب دیجور کی مانند سیاہ آنکھیں آہوئے ختن کی طرح۔ گول پستان اور دلفریب ناک کے نتھنے دلکش اور باریک طرز گفتگو اعلیٰ رفتار اور چال ڈھال قابل رشک ہوتی ہے۔ رہتیا زود یا شوہر کی اطاعت گذار شیریں زبان خلیق اور ملنسار مہذب الیطن تنگ و ناموس پر مٹنے والی یعنی حد سے زیادہ عصمت شعار ہوتی ہے خاوند کے سوا مرد کی شکل دیکھنا بھی پسند نہیں کرتی جھگڑا فساد دنگہ باہمی عناد اور لڑائی جھگڑا ئی سے پرہیز کرنے والی اس قسم کی عورت خاوند کی خوشی کو اپنی خوشی سمجھنے والی اور خاوند کی عزت کو اپنی عزت سمجھنے والی ہوتی ہے۔ ایسی ہی عورتوں کی وجہ سے آج تک پاک وہند کی عورتوں کا شہرہ چار دانگ عالم میں ہے۔

کسی نے کہا ہے ؎

جس گھر میں گرمنی ہوا تھی وہ گھر سو گندان
بیسی گرمنی کے درشن کو آتے ہیں گنگوان

۲۔ چیترنی: چیترنی کی قسم کا درجہ اس قسم کے مرد کے برابر ہوتا ہے۔ اگر ان دونوں کا آپس میں میل ہو جائے۔ تو ساری عمر خوش رہتے ہیں۔ اس قسم کی عورت کا قد میانہ جسم کشادہ اور فربہ ہوتا ہے آنکھیں ناک اور دیگر اعضاء بھی متوسط درجے کے خوبصورت ہوتے ہیں۔ ایسی عورتوں کے پستان چھوٹے اور سخت ہوتے ہیں ایسی عورت خوبصورت لباس اور زیورات کی دلدادہ ہوتی ہے۔ زمانہ ساز معاملہ فہم، استغنا، قوی حوصلہ، خاوند اور بچوں سے محبت کرنیوالی نیز وفادار اور عصمت شعار ہوتی ہے غیر مردوں سے نفرت کرتی ہے خاوند اور بچوں کے علاوہ خاندان کے دیگر ممبروں کی آسائش کا کچھ کم خیال کرتی ہے۔ اس قسم کی عورتیں ایک ہی حیض کو اولاد پیدا کرتی ہیں۔ گاہے گاہے امراض مخصوصہ کا شکار بھی ہوتی ہیں۔

۳۔ ہستنی

اس قسم کی عورت نسبتاً تند ہوتی ہے آنکھیں ہستنی کی طرح اور کچھ کھوری ہوتی ہیں سینہ کشادہ اور کان تیلے ہوتے ہیں۔ ناز و نخرہ زیادہ دکھاتی ہے۔ چلتے وقت کولہے ہلاتی ہے۔ گفتگو کے

وقت کبھی کبھی اس کے منہ سے تھوک بھی نکلتی ہے۔ جماع کی حد سے زیادہ خواہشمند ہوتی ہے۔ حسین مردوں کا شوق رکھتی ہے خاوند کو دھوکہ میں رکھ کر غیر مردوں سے بھی پیار کرتی ہے بلکہ مباشرت کا سلسلہ بھی قائم کر لیتی ہے زیادہ تر عیاشی کی طرف مائل رہتی ہے۔ خاوند سے مشکل ہی اسکی سیری ہوتی ہے ذاتی اغراض کے مقابلہ میں اولاد اور خاوند کی پرواہ نہیں کرتی ایسی عورت بات چیت کے وقت بہت زیادہ ہنستی اور قہقہے لگاتی ہے۔ کھانے کی شوقین ہوتی ہے شراب اور رومانس سے پرہیز نہیں کرتی۔ چالاک اور عیاش ہوتی ہے۔

۴۔ سنکھنی عورت

سنکھنی قسم کی عورتیں گھٹیا درجے کی شمار ہوتی ہیں یا تو قد کی بہت لمبی یا بالکل پست قد اور بھدی ہوتی ہیں رنگ سیاہ چہرہ بدزیب سر کے بال موٹے اور کھردرے آنکھیں چھوٹی ہونٹ موٹے اسی طرح کان ناک اور دیگر اعضا نسوانی بھی بھدے اور بدزیب ہوتے ہیں تہذیب سے کوسوں دور بلکہ بات کرنے کی بھی چنداں تمیز نہیں ہوتی بلکہ غلیظ حالت میں رہنا پسند کرتی ہے۔ اس کے پسینہ سے مچھلی کی سی بو آتی ہے مگر اپنے صفائی کی مطلق پرواہ نہیں ہوتی۔ جماع کی حد سے زیادہ شوقین اور زیادہ خواہش مند ہوتی ہے بدمزاج ترش و مطلب پرست بھی پرلے

درجہ کی ہوتی ہے۔ بہت جلد ناراض ہو جایا کرتی ہے بہت جلد حاملہ ہو جاتی ہے ہر سال اس کے ہاں بچہ پیدا ہو جاتا ہے۔ درجن سے بھی زیادہ بچے پیدا کر لیتی ہے۔ شراب درومانس کی شوقین ہے نجانے کی زندگی بسر کرتی ہے ایسے کوئی عار نہیں ہوتی اگر ناموس قسم کے فرد سے اسکی شادی ہو جائے تو خیر ورنہ دوسری قسم کے مرد حیا سوز حرکات کرتے ہیں یا خود کشی کر لیتے ہیں۔

عورتوں کے متعلق دلچسپ قیاسات

۱۔ عورت جسقدر کشیدہ قامت یعنی لمبے قد کی ہوگی اسکی اندام نہانی کا سوراخ اسی قدر کم طویل ہوگا۔ دوسرے الفاظ میں اس عورت کا رحم زیادہ قریب ہوتا ہے۔ اور مرد ایسی مستورات کو جلدی خوش کرنے میں کامیاب ہو سکتا ہے لطف یہ ہے کہ ایسی عورتیں عاشق مزاج بھی ہوتی ہیں۔

۲۔ جس عورت کا پست قد ہوتا ہے اسکی شرمگاہ اسی قدر طویل ہوتی ہے۔ یعنی رحم نسبتاً دور ہوتا ہے۔ اور کوتاہ عضو والا مرد ایسی عورت کو مشکل سے ہی خوش کر سکتا ہے۔

۳۔ عورت کی آنکھ کے سرخ ڈورے اس کے قوی الشہوت ہونے کی دلیل ہوتے ہیں۔

۴۔ مغلوب الشہوت مستورات میں دلی محبت کا مادہ نام کو بھی نہیں ہوتا۔

۵۔ جس عورت کی گردن چھوٹی ہو، ہاتھ کی ہتھیلی پر زیادہ لکیریں ہوں گردن چپٹی اور پتلی ہو پستانوں کا درمیانی فاصلہ زیادہ ہو۔ درمیانی انگلیاں ٹیڑھی ہوں۔ بات چیت کرتے وقت رخساروں میں گڑھا پڑے ایسی عورت نحس یعنی منحوس اور قابل احتراز ہوتی ہے۔

۶۔ جس عورت کا رنگ خوبصورت اور قد چھوٹا و بدن موٹا ہو۔ نازک مزاج ہو وہ خاوند کے لئے مفید ہوتی ہے۔ شہوت کا جذبہ بھی اس میں کم ہوتا ہے مگر خاوند کی جائز خوشی میں اسے کوئی عذر احتراز بھی نہیں ہوتا۔

۷۔ جس قدر عورت میں رشک کا مادہ ہوتا ہے۔ محبت کا درجہ اسی نسبت سے زیادہ ہوتا ہے۔

۸۔ جس عورت کے منہ کے دہانے کا زیادہ پھیلاؤ ہو۔ اسکی شرمگاہ کی فراخی کی دلیل ہے۔

۹۔ جس عورت کا رنگ خوبصورت ہو آنکھوں میں سرخ ڈورے ہوں۔ ناک چھوٹی اور آواز دھیمی ہو وہ نیک بخت اور صاحب اولاد اور خاوند سے محبت کرنے والی ہوتی ہے۔

۱۰۔ جو عورت اپنا چہرہ اور جسم چھپائے رکھے وہ وفا شعار اور نیک کردار ہوتی ہے۔

۱۱۔ جو عورت ہنس مکھ ہو اور خوبصورت ہو آنکھیں سرخ رکھتی ہو ناک چھوٹی اور آواز دھیمی ہو۔ صاحب اقبال با اولاد ہوتی ہے

۱۲۔ جس عورت کے سر کے بال زیادہ ہوں، پستان بڑے ہوں خوش خلق ہو تو اس کے ہاں اولاد بہت ہوتی ہے۔

۱۳- جو عورت زور سے بولے کھل کھلا کر ہنسے بار بار انگڑائیاں
لے اپنا بدن اور زیورات بار بار شوہر کو دکھائے۔ غرضیکہ ہو ایسی
عورت خاوند سے سچی محبت کرنے والی اور نیک ہوتی ہے۔
۱۴- جس عورت کی آنکھیں سرخ ہوں مگر دونوں پر زیادہ سرمہ
لگائے وہ جھگڑالو۔ بدخلق اور عیش و عشرت کی دلدادہ ہوتی
ہے۔
۱۵- جس عورت کے پستان گردن اور پاؤں لمبے ہوں۔ اس
کے دونوں پاؤں کی انگلیاں اٹھی رہیں یا جس عورت کی انگلیوں
کی درمیان کی جگہ چوڑی ہو پاؤں کی انگلیاں زمین پر نہ لگیں۔
وہ بدقسمت ہوتی ہے۔ اس کے لئے شوہر کی سرپرستی سے
کبھی جلدی محروم ہوجانے کا احتمال ہوتا ہے۔
۱۶- جس عورت کو اٹھتے بیٹھتے ہیں کوئی لحاظ نہ ہو کھلے منہ سینہ
ابھار کر چلے۔ غیر مردوں سے دل لگی اور مذاق کرے وہ ناقابل
اعتبار ہوتی ہے۔
۱۷- جس عورت کی پنڈلی پر بال ہوں ناخن سفید سے ہوں۔
دانتوں کے درمیان شگاف ہوں۔ آنکھیں گول یا سرخ ہوں
پلکوں میں بال کم ہوں۔ چلنے میں انگلی انگوٹھے پر چڑھ جائے
ایسی عورت شاذو نادر ہی نیک ہوتی ہے۔
۱۸- جس عورت کی کمر گوشت سے خالی ہو۔ ہاتھوں میں لکیریں
بہت ہوں گردن چھوٹی پتلی اور چپٹی ہو۔ ہونٹ سیاہ مگر
تالو سفید ہو۔ انگلیاں خمدار ہوں۔ ٹانگ پر نشان ہو دار ہو۔

آنکھ چھوٹی ہو۔ پیٹ اونچا اور بڑا ہو تو ایسی عورت کے حیض کا خون سیاہ اور تیلگوں یا تانبے کے رنگ کا ہو۔ اور سست ہو۔ جس کا خون حیض زیادہ دن جاری رہے ایسی عورت کے ساتھ صحبت کرنا ٹھیک نہیں ہوتا۔

عورت کا حسن

کوک شاستر کی رُو سے عورت کے حسب ذیل چار اعضاء سفید ہونے چاہئیں۔ چہرہ۔ ناخن دانت اور آنکھ کی سفیدی چار اعضاء سرخ ہونے چاہئیں مسوڑھے۔ لب زبان۔ رخسار حسب ذیل چار چیزیں گول ہونی چاہئیں۔ ایڑی دونوں بازو سر انگشتاں اور سر چار اعضاء لمبے ہونے چاہئیں انگلیاں پلکیں سر کے بال اور قد چار چیزیں موٹی ہونی چاہئیں۔ گردن ران ساق اور سرین۔ چار چیزیں چھوٹی ہونی چاہئیں ناک منہ سر اور بغل۔ چار چیزیں خوشبودار ہونی چاہئیں۔ ناک منہ۔ سر اور بغل۔ چار چیزیں چوڑی ہونی چاہئیں۔ آنکھ تلوے پیشانی اور سینہ۔ چار چیزیں تنگ ہونی چاہئیں۔ ناک کے سوراخ منہ۔ ناف۔ اندام نہانی چار چیزیں چھوٹی ہونی چاہئیں۔ رحم ہاتھ۔ پاؤں اور پستان چار چیزیں نرم ہونی چاہئیں شکم پشت سرین۔ ناف اور شرمگاہ۔ بالوں کی زردی یا آن کا چھوٹا ہونا حسن کا عیب ہے۔ اسی طرح سے بڑی زبان بغل منہ اور

ناک کا بڑا ہونا داخل عیب ہے۔

بدبو آنا۔ گردن رانوں اور سرینوں کا پتلا ہونا سینہ تنگ ہونا ناک کے سوراخ بڑے۔ ہاتھ اور پاؤں زیادہ لمبے اور سر زیادہ موٹا ہونا حسن کو عیب لگاتے ہیں آنکھ کی سیاہی اور سفیدی حسن کی شان بڑھاتی ہے۔ اگر آنکھوں میں زردی ہو اور سرخ لکیریں ہوں یا سیاہ داغ تو بیماری کی علامت ہے۔ ناخن کا اگلا حصہ سفید ہونا چاہیئے۔ مگر انگلی سے ملا ہوا حصہ سرخ۔ دانتوں کا زردی یا سیاہی مائل ہونا یا ان پر میل جمع ہو۔ خوبصورتی کو بٹہ لگاتا ہے۔ سر پلکوں اور ابرو کے بالوں کا گہرا سیاہ ہونا حسن میں اضافہ کرتا ہے۔ آگے کو جھکے ہوئے کندھے بدصورتی میں داخل ہیں۔ غرض حسن تناسب اعضاء کا نام ہے۔ مگر اس میں خدوخال اور نقش و نگار کا بھی بہت بڑا دخل ہے۔ اس کے باوجود حسن کا معیار مختلف ہے۔ کوئی کسی کو پسند کرتا ہے اور کوئی کسی کو۔ چنانچہ ایک شاعر نے کہا ہے۔

موا لیلےٰ پہ مجنوں کوہکن شیریں پہ سودائی

محبت دل کا سودا ہے کہ جس کی جس سے بن آئی

مغربی ملکوں میں کمر کا پتلا ہونا حسن کا ایک ضروری حصہ ہے چنانچہ وہاں کی عورتیں کمر کو اسقدر پتلی کر لیتی ہیں کہ انکی صحت خراب

ہو جاتی ہے کہ وہ اولاد پیدا کرنے کے ناقابل ہو جاتی ہیں۔
رنج و غم، اداسی، چڑچڑاپن، تنگ دلی، غصہ لالچ، دغابازی
مکاری، بدقسمتی اور نفرت وغیرہ عورت کے چہرہ کو بگاڑ کر اسے
بدصورت بنا دیتی ہیں۔ اس کے خلاف خوش مزاجی اور زندہ دلی
نیک نفسی، صفائی، پاک خیالی اور دوستی حسن کو قائم رکھتے ہیں
بلکہ اس میں اضافہ کرتی ہے

تیز اکرتے کبھی حسن کی جان ہے لیکن یہ اعتدال
تم پہ ہم مرتے نہیں مرتے ہیں ان چار پر
ناز پر، انداز پر، رفتار پر، گفتار پر

حسن کا طبی معیار

بال لمبے سیاہ اور ملائم ابرو لمبی اور گھنی، دانت سفید اور
مضبوط ہموار اور چمکدار۔ آنکھیں صاف سیاہ اور چمکدار
چہرہ صاف ملائم، کیل داغ دھبوں اور چھائیوں سے پاک
صاف ہونا چاہیئے۔ رنگت میں سرخی اور سفیدی ہونی چاہیئے۔
پستان کلاں ہوں۔ بدن نہ بہت موٹا نہ دبلا صحت اچھی ہو۔
کیونکہ اسی کا نام حسن ہے اور یہ بات اس وقت حاصل ہو
سکتی ہے جب بدن کے اندر عمدہ خون ہو اور وہ باقاعدہ گردش

کرتا ہو۔ چہرہ کی کمزوری اور اندرونی کمی غرور کی علامت ہیں۔ جو اچھے خدوخال ہونے کی صورت میں حسن کو بٹہ لگاتی ہے۔

ع سِر وڈے سرداراں تے پیر وڈے گنواراں دے

یعنی جس کا سر بڑا ہو وہ بلند اقبال ہوتا ہے اور جس کے پاؤں بڑے ہوں وہ گنوار ہوتا ہے عقلمندوں نے تجربہ بسیار کے بعد تمام اعضاء انسانی کے متعلق دلچسپ قیاسات اور تصورات قائم کئے ہیں۔ ذیل میں ہر ایک عضو کے بارہ میں متعلقہ قیاسات کا خلاصہ درج کیا جاتا ہے۔

سر: اگر سر بڑا اور ہموار ہو۔ بال گھنے ہوں۔ تو عقل مند بلند اقبال اور نیک کردار ہو گا۔ برعکس اس کے جاہل اور کند ذہن ہونے کی علامت ہے۔

پیشانی: اگر پیشانی کشادہ اور ہموار ہو تو عقل مندی اور خوش نصیبی کی نشانی ہے برعکس اسکے تنگ پیشانی اور اس کی ناہمواری نادانی اور مفلسی کی نشانی ہے۔ اگر پیشانی کے درمیان اوپر سے نیچے کی طرف شکن ہو تو غصہ اور رنج کی نشانی ہے ایسی باتیں مرد کی طبیعت کا خاصہ بن جاتی ہیں۔

ابرو: اگر ابرو یعنی بھنویں کھنچی ہوئی اور بڑی ہوں۔ بال گھنے ہوں تو بدمزاجی خود پسندی مفلسی۔ جہالت اور غروریت کی علامت ہے اگر بھنویں باہم پیوستہ ہوں تو محبت پن کا مادہ زیادہ ہوتا ہے۔ بھوؤں کا متوسط ہونا خوش مزاجی اور دیانت داری کی نشانی ہے۔

آنکھیں اگر آنکھیں لمبی متوسط یا بڑی ہوں تو نیک کرداری کی علامت ہے آنکھوں کا گول ہونا جہالت کی نشانی ہے۔ گربہ چشم چالاک اور جلد جلد مارنے والے حیلہ ساز اور دھوکہ باز ہوتے ہیں۔

ناک : لمبی ناک عقلمندی، طاقت وری، دلیری اقبالی کی نشانی ہے اگر درمیانی اور اندر کو جھکی ہوئی ہو تو کم علمی اور مفلوج کی علامت ہے باریک ناک کم عقلی کی دلیل ہے ٹیڑھی ناک شریر اور فسادی ہونے کی علامت ہے۔ اگر ناک چھوٹی اور نتھنے بڑے اور کشادہ ہوں۔ تو شہوت پرستی کے جذبات کی کثرت ہوتی ہے۔ اگر مریض کی ناک یک لخت ٹیڑھی ہو جائے تو اسکی موت کی نشانی ہے۔

کان : اگر کان درمیانہ درجہ کے ہوں ان میں بال کثرت نہ ہوں تو عقلمندی اور نیک خصلتی کی علامت ہے بڑے اور پتلے کان نیک کرداری عقلمندی اور طویل العمری کی نشانی ہے چھوٹے اور چپٹے کان، جہالت اور زیادہ چپٹے کان جہالت اور نادانی کی دلیل ہے۔

ہونٹ : اگر سرخ ہوں تو خوش اخلاقی اور نیک بختی کی علامت ہے باریک ہوں تو دانائی اور خوش مزاجی کی نشانی ہوتے ہیں۔ بڑے ہوں تو جہالت اگر نیلے اور سیاہ ہوں تو کمینہ پن کی دلیل ہوتے ہیں۔

منہ : کھلا ہو تو شجاع اور بہادر ہونے کی علامت ہے

آگے ہو تو بزدلی کی نشانی ہے۔

زبان: اگر زبان سرخ ہو تو نیک اور خوش اخلاقی کی دلیل ہے۔ برعکس اس کے سیاہ یا زرد ہو تو نحوست اور کم عقلی کی نشانی ہے۔

دانت: اگر متوسط درجہ کے ہوں تو نیک بختی اور دولت مندی کی نشانی ہے اگر دانت چھوٹے اور جدا جدا ہوں تو عمر درازی اور عقلمندی کی علامت ہیں بہت بڑے اور باہم ملے ہوئے ہوں تو شرارت پسندی کی نشانی ہوتے ہیں اگر دانت ٹیڑھے اور ناہموار ہوں تو مفسدہ پردازی کی دلیل ہیں۔ اگر پورے بتیس نہ ہوں تو مفلسی کی علامت ہیں

ٹھوڑی: اگر متوسط ہو تو دانائی اور ہنرمندی کی علامت ہے۔ اگر باریک ہوں تو نیک کرداری کی نشانی ہے۔ اگر ٹھوڑی پر گوشت ہو تو جہالت کی دلیل ہے۔

گردن: اگر موٹی ہو تو عقلمندی سچائی اور انصاف پسندی پر دلالت کرتی ہے۔ اگر چھوٹی ہو تو مکاری اور چوری کی کچھ عادت ہوتی ہے۔ باریک اور لمبی گردن والا غیر دانشمند اور قوت مردانہ میں بھی پورا نہیں اترتا۔

چہرہ: متوسط درجہ کا چہرہ نیک کرداری کی علامت ہے زرد چہرے والا فاسد خیالات والا ہوتا ہے۔ خشک اور کم گوشت والا ہو تو بدباطنی اور کم علمی کی نشانی ہے۔ اگر شانوں پر بال بکثرت ہوں تو کاہلی کی نشانی ہے۔

بازو: اگر بازو لمبے اور بھرے ہوئے ہوں تو سعادت مندی کی نشانی ہے چھوٹے بازو کم مائیگی کی دلیل ہیں۔

بغل: کشادہ اور فراخ سینے والا انسان نیک سیرت ہوتا ہے۔ روپے پیسے کی کبھی کمی نہیں ہوتی۔ تنگ سینہ نحوست اور بدبختی کی نشانی ہے۔

سینہ: خشک بغل والا انسان زیادہ پیسے والا نہیں ہوتا۔

پستان: اگر دونوں بڑے اور ایک جیسے ہوں تو نیک چلنی اور دولت مندی کی نشانی ہے اگر ایک پستان بڑا اور دوسرا چھوٹا ہو تو بدبختی اور عیاری کی علامت ہے

پیٹ: متوسط درجہ کا اگر ہو تو عقلمندی اور نیک چلنی کی علامت ہے اگر حد درجہ سے زیادہ ہو تو خود پرستی کی نشانی ہے جس کے پیٹ پر تین چار خط ہوں وہ ذی علم اور ذی شعور ہوتا ہے۔ دو خطوں والا عورتوں کی صحبت کا مشتاق اور عیاش ہوتا ہے۔

ناف: اگر ناف بڑی اور گول ہو تو سعادت مندی کی نشانی ہے۔ ایسے انسانوں کو اولاد کا سکھ بھی زیادہ ملتا ہے۔

ہتھیلی: اگر موٹی ہو تو انسان محنتی اور کماؤ ہوتا ہے سرخ رنگ ہو تو بلند اقبالی اور زندہ دلی کی نشانی ہے زرد رنگ کی ہتھیلی والا آدمی فاسق ہوتا ہے۔ اگر سفیدی

رنگ مائل یا سیاہ ہو اور ان پر خط یعنی لکیریں بھی زیادہ ہوں تو بدبختی کی نشانی ہے۔

جس انسان کی ہتھیلی پر لکیریں بہت کم ہوں تو وہ مجرد رہتا ہے۔ اگر شادی بھی کر لے۔ تو اولاد شاذونادر ہی ہوتی ہے۔

اگر ناخن سرخی مائل ہوں تو صحت اور عقلمندی کی نشانی ہے۔ سیاہ رنگ کے ناخن کم علمی اور جہالت کی دلیل ہے۔

اگر لمبی ہوں تو درازئی عمر کی علامت ہے باریک اور نرم انگلیوں والا انسان نیک بخت ہوتا ہے۔ موٹی سخت اور ٹیڑھی انگلیوں والا عیاش آوارہ اور چوری کی عادت والا ہوتا ہے۔

ایک خاص راز

پچھلے زمانے کے لوگ نائی یا پروہت بھیجکر یا خود جاکر لڑکے کو ایک نظر دیکھ کر پسند یا ناپسند کرتے تھے آجکل اس بیسویں صدی میں تو اشتہاروں کے ذریعہ بلکہ کلبوں، سینماؤں اور ٹیلیفونوں کے ذریعہ بھی شادیاں ہوجاتی ہیں۔ خود لڑکا دیکھنے میں یہ راز تھا کہ لڑکے کے ظاہری صفات یا جسمانی حالت کا پتہ لگ جانے کے علاوہ ناک سے قوتِ مردانہ کا اندازہ ہوجاتا تھا۔ خاص نکتہ یہ ہے۔

مرد یا جوان لڑکے کے ناک کی جسقدر لمبائی ہوتی ہے اس میں اس کے نتھنوں کے باہمی فاصلہ کو دوگنا کرکے شامل کردینے سے مرد کے عضوِ تناسل کی لمبائی کا بھی پورا پورا اندازہ لگ سکتا ہے۔

اسی وجہ سے نکھنے کے فلم کی طرح یا طوطے کی مانند خوبصورت اور لمبے کان والے جوان مردوں کو خاص طور پر موزوں خیال کیا جاتا ہے۔ جس قدر ناک کی لمبائی میں خم کم ہوگا نتھنوں کا فاصلہ تھوڑا ہوگا عضو کی لمبائی کم ہوگی۔

جوان لڑکیوں کی لاعلمی

آجکل اکثر مردان فرسودہ مراسم کا شکار ہیں جن کی رُو سے صحیح معلومات کا حصول قطعاً حرام قرار دیا جاتا ہے۔ اور یہ بات تو ہمارے ملک میں زبان زد عام ہے کہ جو عورت اپنے جسم اور ہونے والے شوہر سے لاعلم ہوتی ہے اس کو معصومیت میں پھول سے تشبیہہ دی جاتی ہے۔ بعض حالات میں تو یہ لاعلمی اس حد تک تجاوز کر جاتی ہے کہ شادی کے وقت تک لڑکی کو یہ علم نہیں ہوتا کہ حیات ازدواجی میں شوہر کے ساتھ کیا طبعی تعلقات ہوتے ہیں اور شوہر کن امور میں بھائی سے مختلف ہو سکتا ہے۔

جب شادی کے بعد اسکو اپنے شوہر کے تعلقات کا پورا علم ہوتا ہے تو وہ اپنے شوہر کی خواہش پورا کرنے سے قطعاً کار کر دیتی ہے مجھے ایسے میاں بیویوں کے متعلق ذاتی واقفیت ہے۔ کہ عاشق مزاج خاوند کو جب اسکی بیوی کے حواس درست ہوئے اور اس نے فطری تعلقات کی اجازت دی ایسے واقعات بھی پیش آئے ہیں کہ بعض لڑکیوں نے شب اول کے خوف سے خودکشی کر لی بعض دیوانی ہو گئی ہیں مگر یہ سب واقعات ان حالات میں پیش آتے ہیں۔ جہاں شوہر بے پرواہ اور ناواقف ہوتے ہیں یہ امر کہ لڑکیاں شادی کی عمر تک پہنچ جاتی ہیں اور

ان کو شادی کی حقیقت کا علم نہیں ہوتا! گر واقعات شہادت نہ دیتے اس کا ہرگز یقین نہ آتا۔ ایک اعلیٰ تعلیمافتہ بیوی نے جن کے مجھ سے بے حد فراسم ہیں۔ اپنا واقعہ بیان کیا وہ کہتی ہے کہ میں نے اٹھارہ برس کی عمر میں کئی مہینے انتہائی فکر و پریشانی میں گزارے۔ کیونکہ ایک شخص نے میرا پیار لے لیا تھا۔ جس سے مجھ پر سخت خوف طاری ہو گیا کہ اب مجھے حمل کی دقتوں کا سامنا کرنا پڑیگا۔ ایک بی بی نے مجھ سے بیان کیا کہ مجھ کو ایک بوسے کا اتنا خوف غالب ہوا کہ کئی ماہ تک ایام حیض بھی رکے رہے۔

جب ایسی لڑکیوں کی شادی ہوتی ہے تو جاوند کافی الفور اپنے حقوق کا طالب ہوتا ہے یا بالجبر کا مرتکب ہوتا ہے۔ ایسی عورت کو آئندہ پھر کسی قسم کا حظ حاصل نہیں ہوتا۔ کیونکہ مرد کی ہیبت اس کے دل پر مرتے دم تک غالب رہتی ہے۔

نسوانی خواہش

اگر ہم ایسا نقشہ تیار کریں جس میں اٹھائیس یوم کا زمانہ یکے بعد دیگرے دکھایا جائے اور ہر زمانہ کو بجائے خود ایک مدت خیال کریں تو سوال پیدا ہوگا کہ اُس دوران میں تندرست عورت کب اور کے بار فطری خواہش محسوس کرتی ہے عورتوں کے جذباتی احساس کے بارے میں کچھ تذکرہ طبی علم الاجسام کی

کتابوں میں پایا جاتا ہے لیکن بالعموم ان کتب کے الفاظ اتنے مبہم ہوتے ہیں کہ ان سے ہر شخص کو کچھ پتہ نہیں چلتا۔ مثلاً گارشل اپنی کتاب علم الاجسام میں کہتا ہے۔ نسوانی خواہش کا اوج عموماً ایام حیض سے قبل اور بعض اوقات ایام حیض کے اختتام پر ہوتا ہے۔ اس سے معلوم ہوتا ہے کہ گارشل کے نزدیک خواہش کا زمانہ جریان حیض کے زمانہ کے ساتھ شامل ہو جاتا ہے۔

میں نے بڑے غور و خوض کے ساتھ یہ نتیجہ اخذ کیا ہے کہ اس بحث کے آغاز کا باعث کچھ تو افراد کا اختلاف ہے، اور کچھ بالعموم عورتیں اس بحث سے دلچسپی نہیں رکھتیں اور کچھ اسکی یہ بھی وجہ ہے کہ نسوانی امواج جو میرے نزدیک ہر نوجوان عورت میں ہوتی ہیں۔ یا ہونے والی ہیں۔ عارضی اسباب کی بنا پر شکست بیٹھ جاتی ہیں۔ اس بات کی میں نے سعی بلیغ کی ہے۔ کہ فطری لہروں کو بے قاعدہ اور سطحی لہروں سے علیحدہ کر دوں۔

تیسرا باب

عالم شباب یا جوانی دیوانی جوانی کے
دشمن اور محافظ جوانی تجربہ شباب یا جوانی

جوانی انسانی زندگی کا وہ زمانہ ہے جبکہ انسان کے تمام اعضاء اپنی اصلی حالت پر مضبوط اور توانا ہوتے ہیں۔ طرح طرح کی امنگیں اُٹھتی ہیں۔ آدمی دنیاوی کاروبار سرانجام دینے کے قابل اور اہل ہوتا ہے ۱۸ سال سے لیکر ۳۰ سال کی عمر تک کا عرصہ عین شباب کا زمانہ ہوتا ہے۔ شادی خانہ آبادی کے لئے بھی یہی زمانہ موزوں ہے جس کے لئے بچپن میں ننھے منے بچے کو گود میں لے کر مائیں لوریاں دیا کرتی ہیں۔ یہی وہ زمانہ ہے کہ بڑا ہوگا جوان بیٹے گا۔ دلہن بیاہ لائے گا۔ آپ کھائے گا ...... وغیرہ یہی وہ عالم ہے جس کے متعلق چھیڑ چھاڑ ہوتی ہے۔

ع جوانی کا صدمہ ادھر دیکھ لینا

لیکن افسوس کا مقام ہے کہ ہمارے بدنصیب ملک میں اس عالم شباب یا جوانی کے زمانہ کو بعض نوجوان صحیح اور قدرتی طریق سے نہیں گذارتے بعض نونہالان وطن اور نوجوانان ملک صحبت بد کا شکار ہو کر والدین کی غفلت، اور لاپرواہی کے باعث

یا کسی اور وجہ سے گھبرا کر جوانی کا ستیاناس کر لیتے ہیں۔ بے جا نہ ہوگا اگر انہیں جوانی کے دشمن اور بدنصیب یا بدبخت نوجوان قرار دیا جاتا ہے جوانی کو تباہ کر لینے والوں کی حالت پر اس پر رحم تو کیا رونا تک آجاتا ہے انہی نوجوانوں پر قوم کی ترقی کا دارومدار ہوتا ہے۔

انہی نوجوانوں پر آئندہ بہترین قوم اور نسل کی پیدائش کا سلسلہ قائم رہ سکتا ہے یہی وہ زمانہ ہے جبکہ جوانوں کی صحیح راہ پر گامزن کرنے کی ضرورت ہوا کرتی ہے بلا جھجک بہترین طریقہ پر ان کی رہنمائی کرنی چاہیئے لیکن مصیبت یہ ہے کہ ہمارے ملک میں والدین اس معاملہ میں شرم کرتے ہیں۔ اسی بے جا شرم کا نتیجہ ہے کہ نوجوان گمراہ ہو کر طرح طرح کی نازیبا حرکات کر گزرتے ہیں۔

جس پر نہ صرف وہ خود بلکہ والدین بھی بعد میں ان کی حالت پر کف افسوس ملتے رہتے ہیں۔ لیکن ع

گیا وقت پھر ہاتھ آتا نہیں

بگڑے ہوئے مشکل سے ہی اصلی حالت پر آیا کرتے ہیں یہ شباب کا زمانہ وہ ہے جس کے متعلق کسی شاعر نے کہا ہے۔

یہ دنیا عجب سرائے فانی دیکھی ہر چیز یہاں کی آنی جانی دیکھی
آ کر جو نہ جائے وہ بڑھاپا دیکھا جا کر جو نہ آئے وہ جوانی دیکھی

دوستو سچ کہ گیا ہوا شباب یا کھوئی ہوئی جوانی واپس نہیں آیا کرتی اشتہاری حکیموں کے چمکتے ہوئے الفاظ، طاقت کی گولیاں یا طلاسب بے معنی چیزیں ہیں۔ بگڑتے ہوئے مشکل سے ہی سدھرا کرتے ہیں تو جوانوں کو شروع سے ہی جوانی کی حفاظت کرنا چاہیئے

صحبت بد کا شکار ہو کر یا کسی اور طرح گمراہ ہو کر جوانی کے قیمتی درخت کو بے جا طریق سے نہ کاٹنا چاہیئے۔ آجکل ہزاروں نوجوان ناسمجھ خود اپنی جوانی کے دشمن ہیں کمزور و ناتواں بلکہ ناکارہ ہو کر مایوس اور زندہ درگور ہو جاتے ہیں۔ ایک شاعر نے خوب کہا ہے۔

سہ جوانی کی دُعا لڑکوں کو ناحق لوگ دیتے ہیں،
یہی لڑکے مٹاتے ہیں جوانی کو جواں ہو کر

نوجوانوں کا فرض ہے کہ اپنی جوانی کو برقرار رکھنے کیلئے کم از کم شادی ہونے تک اپنے ویرج (منی) کی حفاظت کریں برہمچریہ کا پالن کریں۔ آوارہ لڑکوں اور بد کیریکٹر عورتوں اور ناز یبا حرکات سے بچیں اور فحش کتب سے اختراز کریں اعلام حلق یا بازاری عورتوں سے بچیں۔ شادی کر کے بھی اعتدال کے اصول کو مدنظر رکھیں ایسی اور باتیں شادی والے مضمون کے عنوان میں بیان کی جائیں گی۔

جوانی کے دشمن اور ان سے بچنے کے متعلق ہدایات

صحبت بد: آوارہ لڑکوں یا غنڈوں یا بدمعاشوں کی صحبت بھی نوجوانوں کے چال چلن کو بگاڑ دیتی ہے۔ ان سے بچکر رہنا چاہیئے بازاری یا آوارہ لڑکیوں اور عورتوں کے دام میں کبھی نہ آنا چاہیئے

فحش کتب: فحش ناول ننگی تصاویر اور مخرب الاخلاق کتب کا مطالعہ نوجوانوں پر برا اثر ڈالتا ہے۔ ایسی واہیات کتب کا پڑھنا ٹھیک نہیں۔

نشیلی اشیاء: شراب۔ افیم۔ پوست بھنگ۔ چرس گانجا وغیرہ

نشیلی چیزیں جوانی کی دشمن ہیں۔ ان سے ضرور بچکر رہنا چاہئے۔ تمباکو اور سگریٹ کے پینے سے کبھی کوئی فائدہ نہیں ان سے بھی پرہیز کرنا چاہیئے۔
جلق: اپنے ہاتھوں جوانی کا ستیاناس کر لینا۔ اسے مشت زنی بھی کہتے ہیں یہ نہایت نقصان دہ فعل ہے۔ نس اور پٹھے کمزور ہو کر عضو تناسل اپنے اصلی معیار پر نہیں رہتا۔ اس عادت بد کے نقصانات حد سے زیادہ اور دور رس ہیں۔ اگر جلد ہی اس عادت کو نہ چھوڑ دیا جائے۔ تو مرد جو ہر مردانہ سے محروم ہو کر مباشرت کے لائق نہیں رہتا نتیجہ ہو جانے پر بیوی کو چنداں خوش اور مطمئن نہیں کر سکتا۔ شرمندہ ہو کر بُری طرح ناکامی کا منہ دیکھتا ہے اس فعل بد کے شکار مایوس ہو کر خودکشی کر لیا کرتے ہیں۔ اخبارات آئے دن جیسے چھوٹے اشتہارات مثلاً ٹیرات کی تیاری اور دوا کھانے کے بعد اسکے پڑھنے سے لاکھوں کا بھلا ہوگا وغیرہ وغیرہ اسی مرض کے مریضوں کیلئے چھپتے رہتے ہیں۔ مریضوں کو فائدہ پہنچے یا نہ پہنچے۔ اشتہار دہندوں کی چاندی ضرور ہوتی ہے۔ تو خوا تو یاد رکھو۔ یہ عادت نہایت مذموم ہے اور انتہائی نقصان دہ اور ضرر رساں ہے جریان احتلام سستی، نامردی اور دماغی امراض اس عادت کا لازمی نتیجہ ہونے میں بھول کر بھی اپنے ہاتھوں جوانی کا ستیاناس نہ کرنا چاہیئے سنا جاتا ہے کہ بعض مستورات بھی کئی طریقوں سے مثلاً بینسوں کا بنا کر اور اوپر نرم کپڑا چڑھا کر اس عادت بد کا شکار ہوتی ہیں کئی بے عقل اور ناسمجھ لڑکیاں چھیڑ چھاڑ کے ذریعہ یا باہمی فعل کر کے اپنی قسمت سے ہاتھ دھو بیٹھتی ہیں۔ جلق کے شکار مردوں کی طرح اس بُری عادت والی مستورات بھی طرح طرح کی زنانہ عادات بد میں مبتلا ہو کر

خطرناک امراض کا منہ دیکھتی اور قبل از وقت ہی عدم آباد کا ٹکٹ حاصل
کر لیتی ہیں مردوں کی طرح مستورات کو بھی اپنی جوانی اور حسن کی قائمی کیلئے
ایسے فعل کرنا تو درکنار حصول کبھی ایسی حرکات کا نام نہ لینا چاہیئے۔

اغلام: خلاف وضع فطری فعل کو اغلام یا عام الفاظ میں لونڈے
بازی کرنا کہتے ہیں۔ یہ فعل بھی جلق جیسا قبیح اور نقصان دہ ہے
سوسائٹی اور سرکاری قانون کے مطابق اس فعل کا کرنا سخت
جرم ہے۔ جو لوگ عوام اور سرکار کی نظر سے بچ کر یا دوسرے الفاظ
میں قدرت پبلک اور گورنمنٹ عالیہ کے تعزیریہ اور قانون
کے خلاف چوری چھپے ایسے فعل کرتے ہیں وہ نہ صرف آخر کو
ذلیل وخوار ہوتے ہیں۔ بلکہ بہت بری بیماریوں کا شکار ہو کر طرح
طرح کے دکھ اٹھاتے ہیں۔ جلق کے مریضوں کی طرح اس
عادت کے شکار بھی بالآخر شکستی نامردی کا منہ دیکھتے ہیں اور
جوہر مردانہ سے محروم ہو جاتے ہیں۔ مردوں یا نوجوانوں کو بھول کر
بھی ایسے فعل کی طرف دھیان نہ دینا چاہیئے۔

نوٹ: آخری باب میں ایسی بری عادتوں کے نتیجہ پر جو امراض
لاحق ہوتی ہیں ان کے علاج کے لیے مجرب نسخے لکھ دیئے ہیں
ان سے فائدہ اٹھانا چاہیئے۔

امساک کی ادویات: ایسی دوائیوں میں افیم وغیرہ زہریلی اشیاء
اور دیگر اسی قسم کی نقصان دہ چیزیں ملاوٹ ہوتی ہیں حتی الوسع
امساک کی ادویات سے پرہیز ہی کرنا چاہیئے۔ بالآخر ایسی دوائیاں
دائمی نقصان کا موجب ثابت ہوا کرتی ہیں۔

۸۔ بچپن کی شادی : بھی جوانی کی سب سے بڑی دشمن ہے۔ بالغ
ہونے پر مرد عورت کی شادی کرنا چاہیے۔

جوانی کا بہترین محافظ برہمچریہ

برہمچریہ کے معنی برہم کا بیج ہیں اسے منی ویریہ اور انگریزی میں کہتے
ہیں انسان کو جو اپنے آپ کو اشرف المخلوقات ہونے کا دعوی کرتا
ہے۔ واجب ہے کہ اسکی خوب حفاظت کرے قطعاً اسے ضائع نہ ہونے دے
برہم کا بیج یا ویریہ انسانی جسم میں ایک نعمت ہے اس لئے اس کی
حفاظت کرنا انسانی فرض ہو جاتا ہے۔ گیتا میں ویریہ کو جسم میں رکھنے
کو تپ مانا گیا ہے۔ ڈاکٹروں کا بیان ہے کہ تقریباً ۸۰ لقمے خوراک کے
شکل سے ایک قطرہ خون کا بناتے ہیں اور ۸۰ قطرے خون کے مل
کر ایک قطرہ ویریہ کا بناتے ہیں۔ اس سے ظاہر ہے کہ ویریہ کتنی
قیمتی چیز ہے اور اتنی بیش بہا نعمت کی کس طرح قدر کرنی چاہیے۔
غافل اور نا سمجھ انسان شہوت کے زیر اثر نہایت بیدردی سے
ویریہ خارج کر کے خوش ہوتے ہیں اور اس کا نام عیش و عشرت رکھ
دیتے ہیں اندازہ لگایا جا سکتا ہے کہ اس قدر قیمتی چیز کو ضائع کرنا
عقل مندی کا کام ہے یا حماقت کا فعل؟ کسی عقلمند نے کہا ہے۔
کہ یہ ویریہ خارج ہوتے وقت عارضی خوشی دیتا ہے اور پھر لازمی
طور پر تمہیں اس کے بیجا اخراج پر افسوس بھی ہوتا ہے اگر یہی جوہر
تمہارے اندر رہے تو تمہیں دائمی خوشی ہے جو انسان ویریہ کی حفاظت
کرتے ہیں برہمچریہ بیدھارن کرتے ہیں ان کی عمر لمبی ہوتی ہے یہ لوگ

اس کی حفاظت نہیں کرتے وہ جلد بوڑھے ہو جاتے ہیں جوانی کا لطف
اُٹھانا انہیں نصیب نہیں ہوتا۔ ایسی زندگی کے دار، کاٹ کر قبل از
وقت، عدم آباد کو روانہ ہو جاتے ہیں۔ اگر زندہ بھی رہیں تو طرح طرح
کی خطرناک امراض میں مبتلا رہتے ہیں۔

برہمچریہ پالن کرنے والوں کی زندگی نہایت پُر لطف ہوتی ہے
وہ ہمیشہ خوش و خرم اور شاداں رہتے ہیں۔ برہمچاری کے چہرے
پر جلال برستے ہیں آنکھوں میں چمک رہتی ہے ایک خاص رعب
ان کی شکل سے نمایاں ہوتا ہے۔ برہمچاری کی دلیری اور بہادری بھی
بے نظیر لاثانی ہوتی ہے ایک سندھی شاعر نے کہا ہے کہ

ساگر کے جیون تن میں تو لکا ہے پردھان
تیوں تیوں ساگر تن میں برہمچریہ پردھان
تیر توپ سے جو لڑے سو تو ویر نہ ہوئے
برہمچریہ پالن کرے ویر کہاوے سوئے

تاریخ اور دھارمک گرنتھ ہمیں بتاتی ہے کہ یہاں برہمچاری کا نام
بخش گنگا جیسے شور بیر کس قدر بہادر اور دلیر ہوئے روزگار تھے جو برہمچریہ
کا پالن نہیں کرتا اس کا جسم بیماریوں کا گھر ہوتا ہے زندگی اس کے لیے
وبالِ جان ہوتی ہے سچی خوشیاں اور راحتیں اسے نصیب نہیں ہو سکتیں
برہمچریہ سے انسان قوی ہوتا ہے نیز بہادر اور جوانمرد ہوتا ہے۔ گویا
بہادری اور برہمچریہ لازم و ملزوم ہیں۔ بڑے بڑے بہادر اور دلاور
انسان جنھیں آج تک ان کے سنہری کارناموں کو یاد کیا جاتا ہے۔
مہاتما گاندھی جو دنیا کے ممتاز لیڈر اور اہنسا کے شمار ہوتے

ہیں ۔ برہمچریہ کی بہت تعریف کی ہے ۔خود انھوں نے ۱۸۹۹ء سے برہمچریہ دھارن کیا ہوا ہے یہ اسی کی برکت ہے کہ آج کل ۷۴ سال کی عمر میں وہ تین تین ہفتہ کا برت رکھ سکتے ہیں، اور ان کی دماغی حالت قابل رشک ہے ۔

نوجوانو! برہمچریہ یاد رکھنا کو اپنی زندگی کا اصول بنالو۔ انسان اس بیکار ہو کر صحیح معنوں میں دنیاوی خوشیوں اور راحتوں سے لطف اندوز ہو سکتا ہے اگر زیادہ عرصہ نہیں تو شادی تک ضرور برہمچریہ کا پالن کرو۔ شادی تک ضرور بلکہ ضرور برہمچاری رہو۔

بڑی بیوی چھوٹا خاوند

یہ شادی بچپن کی شادی سے اختلاف رکھتی ہے۔ بچپن کی شادی سے اصل مراد لڑکا یا لڑکی دونوں کا نابالغ ہوتا ہے مگر اس میں ایک بالغ ہوتا ہے ۔ دوسرا نابالغ جب کبھی کسی بڑی عمر والی بالغ لڑکی کی شادی کسی نابالغ کم عمر لڑکے کے ساتھ کر دی جاتی ہے تو اسے چھوٹی بیوی اور بڑا خاوند کہا جاتا ہے اس کے متعلق کئی قصے اور ناول چھپے ہیں۔ تاہم مختصر طور پر سے یہاں اس شادی کا نتیجہ درج کیا جاتا ہے ۔ لڑکا بالکل نابالغ ہوتا ہے اور لڑکی بالغ ہوتی ہے لڑکے کو یہ بھی معلوم نہیں ہوتا کہ جو اسکی دلہن بنائی گئی ہے ۔ اس کا اس سے کیا رشتہ ہے ۔ والدین جب ان دونوں کو یک جا رہنے کی آزادی دے دیتے ہیں ۔ تو عورت جب اپنے نابالغ شوہر کے پاس جاتی ہے تو وہ دھاڑیں مار مار کے رونے لگ جاتا ہے اگر وہ اسے

پیار کرنے کی غرض سے پکڑ بھی لے تو وہ روتا چلاتا اور یہ کہتا ہوا
دور بھاگتا ہے کہ اماں مجھے مت مارو۔ اس پر وہ بیچاری عورت
نادم ہو جاتی ہے اور اسکو بہت برا بھلا کہتی ہے اور ساتھ ہی اپنے
ماں باپ کو خوب کوستی ہے اگر کچھ عرصہ تک یہی حالت رہ کر لڑکے میں
معمولی ہوش آجائے اور وہ اس سڑک پر چلنا اختیار کر دے تو وہ جلد ہی
یوم میں بچے پھل کے ٹوٹنے کیطرح بیکار ہو جاتا ہے اگر لڑکا بہت ہی
نادان ہے تو اسکی بیوی کوئی دوسرا طریقہ اختیار کر لیتی ہے اس وقت
اس پر شہوت کا بھوت سوار ہو جاتا ہے نیک و بد کا خیال نہ کر کے اسوقت
خواہ ادنیٰ آدمی کیوں نہ ہو خوبصورت یا بدصورت اس بات کا خیال نہ
کر کے صرف یہ دیکھ کر کہ یہ جوان ہے۔ میری خواہش پوری کر سکتا ہے اسی
سے اپنا دل لگا لیتی ہے پھر کیا ہے دونوں خاندانوں کی ناک قلم کر کے
ایک طرف رکھ دیتی ہے بس یہ ہیں برے نتائج اس شادی کے۔

عورت کے جذبات

مرد ہو یا عورت، کسی صنف کا جوان ہو جس قدر اسے حیات سے
واسطے ہو گا۔ اسقدر اسمیں قوت متخیلہ زیادہ ہو گی اور جس قدر مزاج
عاشقانہ ہو گا اور اسی قدر اسکی روح متمنی ہو گی کہ اس کو کوئی ہم جنس
مل جائے جس کے ساتھ وہ اپنی زندگی کو وابستہ اتحاد کرے۔ لیکن
یہ خواہش کم و بیش ہر شخص میں پائی جاتی ہے۔ انتہا درجہ کا خشک مزاج
بھی اس خواہش سے معرا نہیں ہوتا چنانچہ ہم کو ایسے بہت سے واقعات
کو علم ہے کہ ایسے آدمی جو دنیاوی کاروبار میں گرفتار ہیں جنہیں ہر قسم کی کامیابی

نصیب ہے، لیکن صرف ایک رفیقِ زندگی نہ ہونے سے ایسی زندگی گذارتے ہیں گویا ان کی روحانی مسرتیں چھین گئی ہیں۔

"ایڈورڈ کارپینٹر" اس آرزو کو نہایت لطیف پیرایہ میں اس طرح بیان کرتا ہے کہ دنیا میں ایک ایسی ذات کا ہونا ضروری ہے جس سے ہر قسم کے خیالات کا تبادلہ کیا جائے جس سے کوئی راز مخفی نہ ہو جس کے بدن کا ہر حصہ ایسا ہی عزیز ہو کہ جیسا خود اپنا جس سے تعلقات میں من و تو کا امتیاز نہ ہو جس کی ذات سے ہر وقت اور ہر ساعت ایک نئی روشنی ملے۔ جس کے ساتھ فطری ہمدردی ہو یعنی اس کی ہر خوشی سے راحت اور ہر رنج سے تکلیف پہنچے۔ ایسی ذات کی رفاقت کی آرزو روح کی [illegible] خواہش ہوتی ہے۔

صنفِ نازک کی بے بسی

عورت کے وجود میں آرزوئے فطرت شہوانی لہروں کا [illegible] جزو ہوتا ہے جس طرح سمندر کے جوار بھاٹا کے خلاف کوئی قدرت نہیں رکھتا اسی طرح عورت مرد کے جذبات کے مقابلہ میں کوئی اصلیت نہیں رکھتی بعض عورتیں تو ان باتوں کا مطلق خیال نہیں کرتیں لیکن اکثر عورتیں اس محکومیت سے بے حد ناخوش ہوتے ہیں عورت مرد کی خواہش کے سامنے سرِ تسلیم خم کرتی رہتی ہیں مرد اسکے وجود سے جب چاہتا ہے۔ فائدہ اُٹھا لیتا ہے اور جب چاہتا بالکل فراموش کر دیتا ہے عورتیں بعض امور میں مرد سے بالکل مختلف مثلاً ہر ماہ میں ایام حیض، زمانہ حمل جب نو ماہ تک بچہ شکم میں پرورش پاتا ہے اس کے بعد بچہ کی پیدائش اور زمانہ نفاس یہ سب اپنے لوازم ہیں جن پر مرد کو کوئی اختیار نہیں ہوتا ورنہ بظاہر بھی اس

[illegible] رہتے ہیں کہ ان کو ہر شخص جانتا ہے لیکن صنف نازک کی زیادہ پوشیدہ امراض یعنی شہوانی [illegible] وہ جزو انسان کے مشاہدے سے رہ جاتا ہے اس سے [illegible] انکی کچھ پرواہ نہیں کی جاتی۔

میرا ایک [illegible] کے زیر علاج رہ چکا ہے۔ اس وقت آئے جب [illegible] [illegible] اس کو [illegible] سیکھنے کی امید تھی وہاں ریت نظر آئے اور وہ عالم غیظ و غضب میں [illegible] کو متلون مزاج کہہ بیٹھی۔ تشنہ دری ہے۔ پس ایک محبت [illegible] شوہر کو [illegible] اپنی بیوی کی [illegible] سے محروم ہوگا اس سے اپنے [illegible] اپنی خواہشات کے [illegible] شہوانی لہر کے ایام شیریں دبتے ہوئے [illegible] ہے۔

اس مسئلہ کا ایک اور پہلو ہے اور عموماً اسے کبھی کوئی وقعت نہیں دی جاتی اس عورت کی مظلومیت دیکھئے جسکے شہوانی جذبات اوج پر ہیں اور اس کا شوہر اس کے جوش کے سمجھنے سے قاصر رہتا ہے اس زمانہ میں ایسا بھی ہوتا ہے کہ مرد کی خواہش سطحی ہوتی ہے اسکو محبت کی پیچیدہ راہوں کا علم نہیں جس سے واقف کار انسان ہی لذت حاصل کرتا ہے۔ ایسے شخص کو اپنی بیوی البتہ متلون مزاج زبان دراز اور ناقابل فہم نظر آئیگی۔

بعض حالتوں میں جماع کرنا منع ہے

ا۔ کھانا کھانے کے بعد جبکہ کھانا بھی ہضم نہ ہوا تھا خالی پیٹ اور کھانا کھا کر فوراً جماع کرنا اسی واسطے منع ہے کہ اسوقت طبیعت غذا کے ہضم کرنے کی خواہش رکھتی ہے اگر جماع کی خواہش پیدا ہوگئی تو غذا ہضم نہیں ہوگی جس سے کئی امراض پیدا ہونگے خالی پیٹ کرنے سے قوت زائل ہوگی جسکا نتیجہ ظاہر ہے

۲۔ ریاضت شاقہ کے بعد بھی یہ فعل ممنوع قرار دیا گیا ہے کیونکہ طبیعت آرام کی خواستگار ہوتی ہے اسکے خلاف کرنے سے برا نتیجہ نکلتا ہے۔

۳۔ پیشاب کی حالت میں مجامعت اسی وقت کرلی واجب نہیں کہ اس سے قلب اور گردے و دل کو نقصان پہنچتا ہے۔

۴۔ دن میں بھی جماع کرنا درست نہیں کیونکہ یہ فعل وحشیانہ مانا گیا ہے اور اگر اس فعل سے حمل قرار پا گیا تو جو اولاد پیدا ہوگی وہ بیجا ہوگی اور جماع کرنے والے کو نسیان کا عارضہ ہو جائے گا۔

۵۔ شدت سردی میں جماع کرنے سے خشکی اور شدت گرما میں جماع کیا جائے تو صفراوی امراض پیدا ہوتے ہیں۔

۶۔ رنج و غم کی حالت میں جماع کرنے سے جو بچہ پیدا ہوگا وہ بدصورت اور بدمزاج ہوگا۔ اس لئے پرہیز لازم ہے۔

۷۔ خمار مستی کی حالت میں جماع کرنا منع ہے کیونکہ دل اصلی حالت میں نہیں ہوتا اسی واسطے تولود کند ذہن اور بے خوف ہوگا۔

۸۔ شوہر کے سامنے جماع کرنے سے جو بچہ پیدا ہوتا ہے وہ منحوس شمار کیا جاتا ہے۔ (۹) اگر صبح سفر کو جانا ہو تو ہرگز جماع نہ کریں ایک تو کمزوری کے سبب سفر میں تکلیف ہوگی دوسرے بچہ تکلیف دہ بچہ پیدا نہیں ہوگا۔

۱۰۔ بوقت طلوع و غروب آفتاب کے جماع نہ کریں ورنہ بچہ چور یا رہزن ہوگا (۱۱) بیس سال سے کم عمر والے کو ہرگز جماع نہ کرنا چاہیئے کیونکہ ابھی اس کا دبیج خام ہوتا ہے (۱۲) ساٹھ برس کی عمر کے بعد جماع کرنا اس وجہ سے منع ہے کہ اس عمر میں لذت جماع جاتی رہتی ہے۔ البتہ ایسی مجبوری ہو تو مضائقہ نہیں۔

تازہ پھلوں کی خاصیت

آڑو حرارت کو تسکین دیتا ہے۔ ذیابیطس میں مفید ہے۔

آم: مقوی ہے گردہ مثانہ کو قوت دیتا ہے۔

انار: پیتوں کی زیادتی درد جگر رفع کرتا ہے۔

پپیتا: بڑھی ہوئی تلی کو گھٹاتا اور غذا کو ہضم کرتا ہے۔

جامن: ذیابیطس کے لئے بے حد مفید ہے۔

سیب: اختلاج قلب رفع کرتا ہے۔

خوبانی: ملیریا اور صفراوی بخار میں مفید ہے۔

کھجور: خون بڑھاتی اور طاقت دیتی ہے۔

لیموں: صفراوی قے و متلی میں مفید ہے۔

آلوچہ: خون صفرا کے جوش کو کم اور خارش رفع کرتا ہے۔

امرود: بعد غذا کھانے سے قبض دور کرتا ہے مقوی معدہ ہے۔

انگور: خون بڑھاتا ہے اور جسم کو طاقت دیتا ہے۔

تربوز: گرمی کا اثر کم کرتا ہے اور پیشاب صاف کرتا ہے۔

خربوزہ: پیشاب لاتا گردہ و مثانہ کو صاف کرتا ہے۔

سردہ: جگر و مثانہ کی گرمی نکالتا ہے۔ خون بڑھاتا ہے۔

گنا: معدہ اور مثانہ کی سوزش رفع کرتا ہے۔

مالٹا و سنگترہ: جگر کی حدت دور کرتا ہے۔

چوتھا باب

شادی خانہ آبادی اور اُس کے متعلقات شادی

زبان پر بار خدایا یہ کس کا نام آیا
کہ میرے نطق نے بوسے میری زباں کے لیئے

شادی کا لطف لینا پر کشش اور اسکا مفہوم ایسا دل خوش کن ہے کہ نوجوان مرد اور عورت کا دل اس کے تصور سے لہریں لینے لگ جاتا ہے ۔ سچ پوچھو تو دنیا کا نظام ہی شادی کے سلسلہ سے قائم ہے کسی شاعر نے کہا ہے ۔

دنیا کا یہ قائم چمنستان ہے اسی سے
انسان کا دل غنچہ خنداں ہے اسی سے
زنجیروں کا دل غنچہ خنداں ہے اسی سے
وہ عمل ہے کہ گھر رشک گلستاں ہے اسی سے
آبادی کا نشانہ ء انسان ہے شادی
سب راحت و آرام کا سامان ہے شادی

شادی کے نتیجہ پر ہی انسان اولاد نرینہ جیسی نعمت غیر مترقبہ کا منہ دیکھتا ہے جس کے گھر یہ نعمت (اولاد) نہیں ہوتی وہ ساری دولت خوشیاں اس نعمت کے حصول کے لئے نچھاور کرنے کے لیئے تیار ہوتا ہے ۔

اگر انسان خوشی سے یہ بیچارگی رہے تو زہے قسمت ورنہ شادی ضرور کرنا چاہیئے ہیں اس سے زن و مرد جائز طریقہ سے آبادی بہاریں لوٹتے ہیں خوشیاں مناتے ہیں مجرد آدمی کی زندگی بے لطف ہوتی ہے ۔

کسی نے کیا خوب کہا ہے زناں والیاں نے یکن پڑ جھٹے چھڑیاں دی اگ نہ بلے
درحقیقت مجرد کا یہی حال ہوتا ہے۔ مجرد آدمی اگر الیسٹور کھنگت یا یورن
سب ہیم جاری نہ ہو۔ تو وہ عادت بدخلق۔ اغلام وغیرہ کا شکار ہو کر
اپنی زندگی کو تاراج بنا لیتا ہے۔ اس سے ظاہر ہے کہ شادی کا مسئلہ
نہایت فائدہ مند اور راحت بخش ہے۔

شادی کا وقت

سمرت کی رو سے شادی کا اصلی وقت وہ ہوتا ہے جبکہ مرد کی
عمر ۲۵ سال اور عورت کی عمر کم از کم ۱۶ سال کی ہو اس سے قبل شادی
کرنے کو بچپن کی شادی کہتے ہیں۔

بچپن کی شادی بہت نقصان دہ ہوتی ہے بچپن کی شادی سے
جو اولاد پیدا ہوتی ہے وہ اتنی تندرست اور طویل عمر کی نہیں ہوتی
جتنی کہ کامل طور پر مرد و عورت کے جوان ہو کر بیاہ کر لینے کے بعد ہوتی
ہے سنسکرت سنگھار کے پہلے ادھیائے میں بھی لکھا ہے کہ مرد کا ویرج
منی ۲۵ سال سے پہلے پختہ نہیں ہوتا۔ اور شادی اس عمر میں کرنا ٹھیک
رہتا ہے لیکن اتنی عمر تک آج کل کے زمانہ میں جبکہ مغربی تعلیم لوگوں
کے دلوں میں گھر کر گئی ہے۔ شادی تک والدین کو لڑکیوں اور
لڑکوں کی خوب دیکھ بھال کرنی چاہیئے۔ صحبت بد سے بچنے کی
تلقین کرنی چاہیئے

مجامعت یا مباشرت (جماع) یاد رکھنا چاہیئے۔ کہ
مباشرت یعنی جماع کی غرض و غایت اور حقیقی مدعا تندرست اور

مضبوط اولادِ نرینہ پیدا کرنا ہے اور بس جو آدمی اس فعل کو محض
ذریعہ عیش و عشرت اور مستورات کو یا اپنی بیوی کو حظِ نفسانی کی
مشین سمجھتے ہیں وہ غلطی پر ہیں ایسے لوگ نہ صرف بیوی اور ہونے
والی اولاد کی صحت کے ہی دشمن ہوتے ہیں بلکہ اپنے آپ کے بھی
یاد رکھنا چاہیئے کہ مادہ تولید دیرج دراصل انسانی خون کا جوہر ہے جسے
مادہ حیات کہا جاتا ہے اسے بے اعتدالی اور کثرت سے ہرگز ضائع
نہ کرنا چاہیئے۔ شاعر دل نے تو کہا ہے کہ مادہ تولید کو اسوقت خرچ
یا ضائع کرنا چاہیئے۔ جبکہ اولاد پیدا کرنے کی غرض ہو ورنہ اپنے پاؤں
پر آپ کلہاڑی مارنے والی بات ہے اگر شوق زیادہ ہو تو پھر بھی
عنذال کی ضرورت ہے

مباشرت کا وقت

جب غذا خوب ہضم ہو چکی ہو مگر بھوک کی حالت بھی نہ ہو اس
لحاظ سے رات کے بارہ بجے سے دو بجے تک کا وقت نہایت موزوں
ہے لہذا جماع بیفکری سے سونے کا کافی وقت بھی مل جاتا ہے دن
کے وقت مباشرت کرنا ٹھیک نہیں رہتا۔ پردہ داری کرنے وقت
خواہ مخواہ دوسروں کو شک اور تمسخر کا موقعہ ملتا ہے نیز طب کی رو سے
بھی دن کے وقت جماع کرنا فائدہ مند نہیں کیونکہ دن کے وقت اگر حمل
ٹھہر جائے تو اولاد پر بھی خراب اثر پڑتا ہے اگر دن کے وقت خواہش کا
غلبہ زور پکڑ جائے تو موسم بہار کے آخری ایام پندرہ مارچ سے آخر
اپریل تک ذرا موزوں ہوتے ہیں۔ ان دنوں دن کے وقت جماع کرنے
سے چنداں نقصان نہیں ہوتا۔

مباشرت کے وقت جماع سے پہلے پیار و محبت کی باتیں کرنی چاہییں اس سلسلہ میں عورت کی رغبت بھی نہایت ضروری ہے۔ عورت کو بغل میں لے کر یا پہلو کے بل لٹا کر جسم کے مختلف حصوں پستانوں، رانوں، گالوں وغیرہ پر نرم نرم ہاتھ پھیرنا چاہیئے۔ پستانوں کو دبانا آہستہ آہستہ کھینچنا گدگدانا غرضیکہ ان طریقوں سے مساس کرنے سے عورت مست ہو جاتی ہے اور جماع کے لئے بھی راغب ہو جاتی ہے۔ بس یہی موزوں وقت ہوتا ہے۔ برعکس اس کے اندھا دھند کارروائی لطف نہیں دیتی۔ آمادگی کے نشان مساس کے بعد عورت کی آنکھوں میں سرخ ڈورے پڑ جاتے ہیں آنکھوں کا نقشہ بھی پلٹ جایا کرتا ہے سیاہی اوپر چڑھ جاتی ہے اور سفیدی نیچے رہ جاتی ہے پھر کام شروع کرنا چاہیئے۔

چاند کے لحاظ سے مساس کرنا

حکماء نے لکھا ہے کہ عورت کا مادہ چاند کی پندرہ راتوں اجالا پکھس میں دائیں طرف رہتا ہے اور آخری پندرہ دنوں اندھیرا پکھس میں بائیں طرف رہتا ہے کسی عضو میں مادہ ہونے کی شناخت یہ ہے کہ اس کو نکوڑنے گدگدانے ملنے یا ناخن زدنے سے عورت مستی کے عالم میں آ جاتی ہے اور اس سے وہ نشانات ظاہر ہوتے ہیں جن کا ذکر آمادگی کے نشانات کے ضمن میں کیا جا چکا ہے۔

لڑکا پیدا کرنے کے لئے مساس پیر کے انگوٹھے اور ناف کے گرد دانوں کی جڑوں کو دبائیں پنڈلیوں کو گدگدائیں دونوں کندھوں کے درمیان گردن کے بائیں طرف اور داہنی بغل میں ناخن سے مساس کریں بائیں گال اور ہونٹوں کے بوسے لیں۔ پاؤں کے تلوں اور بائیں ران کو کھجائیں، گھٹنوں کے نیچے اور کمر کے تلے نیز ناف اور بائیں پسلی پر ناخن سے مساس کریں بائیں آنکھ اور ہونٹوں کے بوسے لیں اس طریق سے آمادگی کے نشانات ظاہر ہوتے ہیں پھر مباشرت کرنے سے لڑکا پیدا ہوتا ہے۔

لڑکی پیدا کرنے کے مساس اگر لڑکی پیدا کرنے کی خواہش ہو تو (۱) پاؤں کا انگوٹھا اور بائیں پنڈلی دبائیں۔ بائیں ران ناف اور بائیں پستان کو گدگدائیں گلے کے بائیں طرف بھی گدگدانا چاہیے (۲) بائیں بغل میں گدگدائیں۔ پاؤں کے تلوے اور کمر پر ہاتھ پھیرنا چاہیے (۳) سینہ ناف اور گلے کی گول پر مساس کرنا چاہیے۔ دائیں کندھے اور کمر کی داہنی طرف ہاتھ پھیریں (۴) بائیں گال کے بوسے لینے چاہئیں۔ اس طرح آمادگی

کے بعد مباشرت کرنے سے زیادہ تر لڑکی ہی پیدا ہوتی ہے۔

جنسی آسنوں کا نچوڑ یعنی بہترین طریق مجامعت

جیسا کہ ذکر کیا جا چکا ہے جماع سے پہلے مساس کرنا ہنسی خوشی کی باتیں کرنا اور بیوی کو خوش کر کے اس فعل پر آمادہ ہونا چاہیئے۔ عورتوں کے مقابلہ میں مردوں کا مزاج گرم خشک ہوتا ہے اور وہ تندرستی کی حالت میں جلدی مباشرت کیلئے تیار ہو جاتے ہیں۔ برخلاف ان کے مستورات سرد مزاج اور تر ہوتی ہیں۔ باعث دیر کے بعد اثر پذیر ہوتی ہیں جب شہوت پورے طور پر زیادہ پائی جائے۔ تب جماع کا سلسلہ شروع کرنا چاہیئے۔

بعض شادی شدہ مرد پہلی رات ہی بات چیت کا سلسلہ شروع کئے بغیر یا اچھی طرح تعارف کئے بغیر اندھا دھند ہی بیوی کو زبردستی پکڑ کر یہ فعل شروع کر دیتے ہیں، ان کی بلا سے خواہ بیوی دلچسپی لے یا نہ۔ وہ اپنا ٹنٹو پار کرنے کو ہی فخر سمجھتے ہیں لیکن یہ بھاری غلطی ہے۔ شادی کے پہلے دن جماع کرنے میں یہ اندیشہ رہتا ہے کہ حمل قرار پا جائے تو نانوں بیٹی بچہ … ہو جائے … کے وارثین کو ڈرانا مناسب بھی سمجھتے ہیں۔ کم از کم ہفتہ سے چند دن بعد وقتی مشکل دور ہو جانے کی صورت میں اچھی طرح تعارف کر کے یا دوسرے معنوں میں بیوی کے دل پر قبضہ جما کر اپنی محبت کا ہنوائی بنا کر اور پھر جیسا کہ مساس کے ضمن میں بیان کیا جا چکا ہے بعد میں اس فعل مباشرت یا جماع کو شروع کرنا چاہیئے۔

بہترین طریقہ: عورت کو نرم بستر والے پلنگ یا چارپائی پر گدیلے دار فرش پر لٹانا چاہیئے طرفین کو رنج و فکر کا خیال بھی نہ کرنا چاہیئے پان الائچی اور عطر بھی استعمال کرنا چاہیئے۔ عورت کے سر اور کمر کے نیچے اگر تکیے رکھ لئے جائیں۔ تو اچھا رہتا ہے پس عورت نیچے لیٹی رہے یہ مباشرت کا طریق سب سے اعلیٰ اور قدرتی ہے۔ پہلو کے بل بھی مباشرت کر سکتے ہیں۔ اگر بیوی پست قد ہو اور مرد کشیدہ قامت تو عورت کو لٹا کر مرد ٹانگیں پھیلا کر اپنے پیچھے تکیہ لے آہستہ پیچھے جھکے ہوئے اور آدھے بیٹھے ہوئے ہونے کی صورت میں وصل سرانجام دے دینا چاہیئے باقی سب طریقے لغو اور بیہودہ ہیں اور فریقین کی طبیعت کو بدمزہ یا خراب کرنے والے ہوتے ہیں جیسا طریق اوپر بیان کیا گیا ہے ویسے ہی طریق سے اولاد پیدا ہو سکتی ہے یعنی حمل قرار پا سکتا ہے۔ لذت کے لئے بیشتر استقرار حمل کے لئے ضروری ہے کہ فریقین اکٹھے منزل ہوں لیکن یاد رہے کہ عورت ہمیشہ منزل نہیں ہوتی۔ کوئی اگر مرد کی طرح عورت بھی ہر مرتبہ منزل ہو تو وہ بہت کمزور ہو جائے۔ تاہم جماع کے وقت اگر یہ کوشش ہو کہ مرد و عورت اکٹھے منزل ہوں تو لطف زیادہ حاصل ہوتا ہے اور اس طرح حمل ٹھہر جاتا ہے موزوں عورت جوان یا بالغ عورت مباشرت کے لئے موزوں ہوتی ہے اس سے طبیعت کو لطف اور فرحت حاصل ہوتا ہے۔

مسن عورت: کمسن جانتے ہیں عمر کی بڑھیا یا دیر سے مجرد ہو۔ ایسی مستورات سے پرہیز کرنا بہتر ہے۔ ایک فارسی شاعر نے کیا خوب کہا ہے:

راہِ راست برو گرچہ دور است
زنِ بیوہ مگیر گرچہ حور است :

مباشرت کے لئے بہترین موسم یا دن

انسان کو اشرف المخلوقات کا درجہ حاصل ہے لیکن یہ امر از حد افسوسناک ہے کہ انسان مباشرت کے معاملہ میں حیوانات سے بھی گیا گزرا ہے۔ وہ اندھا دھند کثرت جماع کا عادی ہو کر اپنے ویرج کو جو دراصل ایک بیش بہا جوہر ہے۔ مفت میں ضائع کر کے اپنی صحت کی تباہی کا آپ خود باعث بنتا ہے۔ ویرج رکھشا کے موضوع پر برہمچریہ کے بیان میں بہت کچھ لکھا جا چکا ہے۔

دیکھئے حیوان اس معاملہ میں کتنے محتاط ہیں وہ اپنے مالک کی ہدایت کی طرح دن بہر روز اس فعل کے شوقین نہیں ہیں تو نہ کثرتِ جماع کے عادی ہوتے ہیں منی ضائع نہیں کرتے اور نہ ہی اس فعل کی طرف رجوع ہوتے ہیں وہ دیکھتے ہیں کہ جب مادہ کو خواہش ہوتی ہے اور وہ خاص طرح کی علامات کا اظہار کرتی ہے پنجابی ان دنوں کی حالت کو مادہ کا مشکنا یا ہشک جانا کہتے ہیں تو وہ مادہ کی طرف متوجہ ہوتے ہیں اور زیادہ تر مادہ کی خواہش یا افزائش نسل کی غرض کو مدِنظر رکھ کر خاص موسم یا خاص دنوں میں اس فعل کو سر انجام دیتے ہیں۔ کاش انسان جو اپنے آپ کو اشرف المخلوقات سمجھتا ہے۔ اس معاملہ میں حیوانات کی پیروی کرے۔ اس سلسلہ میں ایک پنجابی کہاوت مشہور ہے۔

گنگ کتی بانہہ بلائی جینیز جیٹھی بیسا کھ لگائی

یعنی کاتک کے مہینے میں کتیا کو اور ماگھ کے مہینہ میں بلی کو چیت کے مہینہ میں چیڑیوں کو، ویساکھ کے مہینہ میں عورتوں کو از خود مباشرت کی خواہش مند ہوتی ہے۔ یہ کہاوت غلط نہیں آپ مشاہدہ کر کے دیکھ سکتے ہیں ٹھیک ان ہی دنوں میں آپ انکے بیان کردہ جانوروں کو مباشرت پر آمادہ پائیں گے۔ عورتوں کے متعلق کہی گئی یہ کہاوت پوری اترتی ہے۔ پچھلے زمانہ میں ہندو لوگ زیادہ تر بیساکھ کے مہینہ میں دیتے تھے۔ بس عقلمند کو اشارہ کافی ہے۔ سارا سال اندھا دھند اس سلسلہ کو جاری رکھنا اپنی صحت کو تباہ کرنے والی بات ہے۔ برسات کے مہینے میں اس فعل کے لئے نقصان دہ ثابت ہوتے ہیں ان دنوں انسان کا خون پانی ایک سا ہوتا ہے ان دنوں میں مباشرت سے ضرور پرہیز کرنا چاہیئے۔

خوبصورت اور تندرست اولاد پیدا کرنا

مباشرت کے وقت فریقین کے دل رنج و فکر سے مبرا ہونے چاہیئیں زندگی باقاعدہ اور احتیاط سے گزارنی چاہیے حفظان صحت کے اصولوں کی پابندی کرنی چاہیئے کمسنی اور بڑھاپے کی شادی اور باہم ناچاقی کی حاصل ہوتے ہیں۔ سدراہ ہوتی ہے اس لئے میاں بیوی کو خوش و خرم رہنا چاہیئے کہ زیادہ جماع خراب اور ناکافی خوراک سے بچے کمزور اور بدشکل تولد ہوتے ہیں۔ مختلف نسلوں اور مختلف مزاجوں کے مرد عورت کی شادی کر لینے سے مضبوط اور خوبصورت اولاد پیدا ہوتی ہے۔ ایک ہی خاندان میں شادی کا سلسلہ اولاد کی کمزوری کا باعث ثابت ہوتا ہے اگر فریقین کے مزاج سوداوی ہوں تو بچہ بھی اس

ج کا پیدا ہوگا۔ اور کسی وقت اس کی دماغی حالت خراب ہو سکتی ہے
دیشہ ہی ہو سکتا ہے ۔ مختلف مقامات کے لڑکے یا ... کی
دی اچھی اولاد پیدا ہو سکتی ہے ۔

عیاشی ... احتیاطی نہ صرف والدین کیلئے مضر ہے ...
ا ور بچے بھی اس کا شکار ہوتا ہے ...
... حالتوں میں والدین ...
... ہونے کی راہ میں ...

... لیا پیدا ہوتا ہے ۔
... ہوتا ہے ۔
... ہونا چاہیئے ...
... آنکھوں کی امراض میں مبتلا ہو ...
تصاویر کمرہ میں نہ لٹکانا چاہیئے ... اثر ...
جماع کے بعد اگر حیض نہ آئے اور حمل کی نشانیاں ظاہر ہوں تو
ع حمل تک پرہیز کرنے سے مضبوط اور خوبصورت اولاد پیدا ہوتی ہے
حاملہ کو خوبصورت تصاویر اور خوبصورت نظاروں کو دیکھنا چاہیئے
ورت مردوں کی شکلیں اور تصاویر نہ دیکھے ۔
بہادر مردوں اور لڑکیوں کی تصاویر پیدا ہونے والی اولاد پر
یا اثر ڈالتے ہیں ۔

حسب خواہش لڑکا پیدا کرنا

حیض سے پاک ہونے پر اگر عورت اسی دن مجامعت کرے تو لڑکا پیدا

ہوتا ہے اسی طرح تیسرے یعنی طاق دنوں میں صحبت کرنے سے لڑکا تولد ہوتا ہے۔

۲۔ ببول کی داڑھی کا سفوف کر کے بقدر چھ ماشہ بھینس کے گرم دودھ کے ساتھ کھا کر صحبت کرنے سے لڑکا پیدا ہوتا ہے۔

۳۔ اگر گائے کے دودھ میں ۹ ماشہ عشق پیچاں کے پتے خوب حل کر کے صحبت سے پہلے عورت کو دودھ پلایا جائے۔ کہتے ہیں کہ پھر بھی لڑکا ہی پیدا ہوتا ہے۔

۴۔ گھوڑی کا دودھ دو تولہ ایک حصہ مغز تخم خربوزہ دونوں کو خوب حل کر کے اگر مرد صحبت سے پہلے آلت پر مل لے تو بھی لڑکا ہوتا ہے (۵) اگر عورت گائے کے دودھ کے ساتھ ناگوری سفید کی جڑ پیس کر کھائے اور اسی دن ہمبستر ہو تو ضرور لڑکا پیدا ہوگا۔

۶۔ حمل کے بعد اگر عورت گھر کے سب کام دائیں ہاتھ پاؤں سے کرے تو بھی اس کا اثر لڑکا پیدا ہونے کی دلیل ہے۔

حسب خواہش لڑکی پیدا کرنا

۱۔ حیض سے پاک ہونے کے دوسرے چوتھے چھٹے آٹھویں یعنی جفت دنوں صحبت کرنے سے لڑکی پیدا ہوتی ہے۔

۲۔ دوران صحبت میں اگر عورت کا انزال پہلے ہو جائے اور مرد کا بعد میں تو بھی لڑکی پیدا ہوتی ہے۔

۳۔ تخم اونٹنگن اور سفوف ۹۔۹ ماشہ اگر عورت گائے کے دودھ کے ساتھ تین ماہ برابر کھائے اور چاند کی دوسری چوتھی چھٹی آٹھویں یعنی

حقیقت تاریخ کو جادو تلڑ سے ہمیشہ نر اولاد کی پیدا ہوتی ہے ۔
۴۔ حمل کے بعد اگر عورت تمام گھریلو کام بائیں ہاتھ پاؤں سے انجام دے تو بھی لڑکی پیدا ہونے کی دلیل ہے۔
۵۔ اگر دوران حمل عورت ایسی چیز کھائے جن کی جڑیں زمین کے اندر ہیں مثلاً گاجر، مولی، آلو، کچا لو، شکر قندی، زمین قندی وغیرہ تو بھی لڑکی کی پیدا ہوتی ہے ۔

کثرت جماع یا مباشرت کے نقصانات

پہلے بتایا جا چکا ہے کہ مباشرت میں بے حد اعتدال کی ضرورت ہے کسی حکیم کا قول ہے کہ مباشرت سال میں ایک مرتبہ کرنی چاہیئے اگر یہ ممکن نہ ہو سکے تو چھ ماہ کے بعد اگر یہ بھی ممکن نہ ہو تو ایک ماہ کے بعد حد سے زیادہ خواہش ہو تو ایک ہفتہ کے بعد ایک مرتبہ ایک سے زیادہ مرتبہ بجائے راحت کے نقصان کا موجب ہوتا ہے حسب ذیل نقصانات کثرت جماع کا نتیجہ ہوتے ہیں ۔ اکثر مجامعت یعنی زیادہ جماع سے عورت کا رحم گرم ہو جاتا ہے جس کے باعث ویرج پھیل جاتا ہے اور قرار حمل کے لئے یہ بات نقصان دہ ہے ۔ رحم کی اندرونی جھلی زیادتی جماع سے سکڑ جاتی ہے جس کے باعث زرد سا پانی رحم سے آنا شروع ہو جاتا ہے جو عورت کو کمزور کر دیتا ہے ۔
۳۔ مستورات کو حیض کی کمی بیشی یا ٹھیک وقت پر ماہواری نہ آنے کی شکایات پیدا ہو جاتی ہیں جو طرح طرح کی بیماریوں کا باعث ہوتی ہے
۴۔ اکثر مجامعت مردوں کے لئے بھی انتہائی نقصان دہ ہے ۔ جسمانی

دماغی کمزوری کے علاوہ جریان منی، احتلام، کمزوری سستی اور بدہضمی کی شکایات بھی پیدا ہو جاتی ہیں۔

۵۔ ذیابیطس یعنی پیشاب میں شکر آنا شروع ہو جاتی ہے۔ انسان گھل گھل کر زندہ درگور ہو جاتا ہے۔

۶۔ ماڑا ٹنگا اور تتی روگ، پنجابی کہاوت کے مصداق دانت جلدی گر جاتے ہیں۔ بال قبل از وقت سفید ہو جاتے ہیں۔ نیز دماغی امراض بھی آ چمٹتی ہیں۔

۷۔ اولاد ام المرض پیدا ہوتی ہے۔ بعض حالتوں میں عمر طبعی کو بھی نہیں پہنچتی۔

عورت کی ایک گھڑی سے دلچسپ تشبیہ

کسی نے کہا ہے کہ

۱۔ جس طرح گھڑی کو پیچھے سے کھولنا گھڑی کے لئے نقصان دہ ہوتا ہے اسی طرح عورت کے معاملہ میں بھی یہی اصول مدنظر رکھنا ہے۔

۲۔ جس طرح گھڑی کو قبضہ میں رکھنے کے لئے چین کی ضرورت ہے اسی طرح عورت کے معاملہ میں ظاہری چین تو چین نہیں مگر دلی چین کی اشد ضرورت ہے۔

۳۔ جس طرح بار بار چابی دینے سے گھڑی کی مشین خراب ہو جاتی ہے اس طرح عورت کے معاملہ میں بار بار کا فعل عورت کی جسمانی مشین کو بگاڑ دیتا ہے (۴) جس طرح اپنی گھڑی غیر شخص کے حوالہ کر دینے سے خراب ہو جانے کا احتمال ہوتا ہے۔ اس طرح عورت کے معاملہ میں محتاط ہونے کی ضرورت ہے۔

۵۔ جس طرح اچھی گھڑی وقت دے کر آرام پہنچاتی ہے اسی طرح عورت سکھ اور آرام پہنچا سکتی ہے۔ پس اچھی گھڑی کی طرح رفیقہ حیات کے معاملہ میں بھی ہمیشہ اچھی عورت انتخاب کرنی چاہیئے۔

کن کن حالتوں میں جماع سے پرہیز کرنا ضروری ہے

۱۔ حیض کی حالت میں جماع سے پرہیز کرنا چاہیئے ورنہ صرف عورت کو رطوبت کی بیماری ہو جاتی ہے۔ بلکہ مرد کو بھی سوزاک اور سوزش کی بیماری لاحق ہو جاتی ہے۔ بلکہ مرد کو بھی سوزاک کی بیماری کا سخت اندیشہ ہے۔

۲۔ حمل کی حالت میں جماع سے پرہیز کرنا چاہیئے۔ ورنہ صرف حمل کو ضائع ہو جانے یا بگڑ جانے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ اکثر اوقات مرد کو فالج کی بیماری کا خطرہ بھی ہو سکتا ہے۔

۳۔ پانی پیتے یا کھانا کھاتے ہی جماع کی طرف متوجہ نہ ہونا چاہیئے اس سے معدہ کی بیماری اور رعشہ کی بیماری کے پیدا ہونے کا اندیشہ ہوتا ہے ۴۔ دن میں بھی جماع سے پرہیز کرنا چاہیئے۔ اس کے متعلق پہلے ذکر کیا جا چکا ہے۔ ۵۔ پیاس کی حالت میں جماع کرنے سے دمہ کی بیماری کا خطرہ ہوتا ہے ۶۔ بخار کی حالت میں یا جلاب کی حالت میں جماع کرنے سے تپ دق اور سل جیسے امراض کا خطرہ ہوتا ہے ان حالتوں میں جماع کا تصور بھی نہ کرنا چاہیئے۔

۷۔ سخت سردی یا سخت گرمی کی حالت میں بھی جماع سے پرہیز کرنا چاہیئے۔ ورنہ زکام یا سرسام کا خطرہ ہوتا ہے۔

رنج و فکر کی حالت میں بھی اس فعل کی طرف دھیان نہ کرنا چاہیئے
صحت پر برا اثر پڑتا ہے۔
۹۔ تھا...ٹ کے فوراً بعد جماع کرنے سے دماغی امراض کے لاحق
ہونے کا ... ہے۔
۱۰۔ ... کے بعد اس فعل کے انجام دینے سے رگ اور پٹھے
... جانے کا خطرہ ہوتا ہے۔
۱۱۔ ...پے کی حالت میں جماع کرنا بھی صحت کو تباہ کرنے والی
بات ہے۔

معاون حمل ادویات

حمل نہ ہوتا ہو اور بانجھ پن کی شکایت ہو تو ذیل کی ادویات
سے اگر مرضی ہو تو حمل ہو جاتا ہے۔
بیضے کی کھیں اور پھٹی پر پایل کر کے کھون کر بے سفوف تیار کریں باریک
کپڑے میں پوٹلی بنائیں اور ایام حیض میں یعنی پہلے تین دن جائے مخصوصہ
میں رکھیں۔ چوتھے دن مباشرت کرنے سے اگر کوئی خاص شکایت
نہ ہو تو حمل ہو سکتا ہے۔
۲۔ بطیاشیر ایک چھٹانک مصطگی ایک تولہ برادہ ہاتھی دانت ۶ ماشہ
دانہ الائچی خورد ۶ ماشہ مصری ایک پاؤ سب کا سفوف بنا لیں ایام
حیض کے بعد ایک ایک تولہ صبح و شام ہمراہ دودھ بکری استعمال
کرائیں۔ مسلسل استعمال سے فائدہ ہوتا ہے بعد استعمال صحبت
کرنے سے حمل ٹھہر جاتا ہے (۳) بعد حیض تھوڑی سی سرسوں پیس کر
ملتے ہو پھر فعل انجام دینے سے بھی فائدہ پہنچتا ہے۔

۴۔ بسا اوقات رحم کے منہ پر جھلی سی ہوتی ہے جو مانع حمل ہوتی ہے اس سلسلہ میں لیڈی ڈاکٹر کو دکھانا چاہیئے۔ اکثر حالتوں میں اپریشن کرکے بعد حمل قرار پاتا ہے۔

۵۔ اگر مردانہ کمزوری کی وجہ سے حمل قرار نہ پاتا ہو تو مرد کو کمزوری دور کرنے کی طرف توجہ دینی چاہیئے۔

نوٹ: مردانہ بیماریوں کے باب میں طاقت کی ادویات سے مرد فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔

جوان یا بالغ عورت کی نشانیاں

۱۔ حیض کا جاری ہونا ۲۔ پستانوں کا بڑھ جانا اور گول ہو جانا ۳۔ آواز کا بھاری ہونا ۴۔ چہرہ پر پھنسیوں یا کیلوں کا نمودار ہونا ۵۔ شرم و حیا بڑھ جانا

حائضہ کی پہچان

۱۔ بدن سست اور تھکا ہوا محسوس ہو ۲۔ ناف کے اوپر اور کمر میں معمولی سا درد محسوس کرنا (۳) جائے مخصوصہ پر تھوڑی تھوڑی خارش ہونا ۴۔ شرم و حیا کا عیاں ہونا۔ آنکھیں نیچی کرنا۔ سامنے آنے سے گریز کرنا۔

ایام ماہواری کی احتیاطیں

۱۔ عورت سرد ہوا اور سرد پانی سے بچے ورنہ بخار ہو جائے گا۔

۲۔ صاف ستھری رہے پہننے کے کپڑوں میں داغ لگ جانے سے کپڑا مل جاتا ہے اور اس کے پہننے سے بدبو آتی ہے پس حسب معمول

اندر گدی رکھنی چاہیئے اور اسکو بدلتے رہنا چاہیئے۔
۳۔ ان دنوں میں غسل نہ کرنا چاہیئے۔
۴۔ جسم کو نرم کرنے والی غذاؤں سے پرہیز کریں۔
۵۔ مولی۔ گاجر۔ بینگن۔ کدو۔ چاول اور لسّی وغیرہ چیزوں کا استعمال نہ کرائیں اور مقوی باہ چیزیں بھی نہ کھاؤ۔ انڈا۔ گوشت شراب گرم تیز چیزیں نہ استعمال کرائیں۔
۶۔ سنگار کا کام بھی نہ کرنا چاہیئے۔
۷۔ ان ایام میں جماع فریقین کے لئے سخت مضر ہے۔ اس لئے مذہب نے بھی اس کی ممانعت کی ہے پس شوہر سے علیحدہ رہے۔
۸۔ ان ایام میں جماع کرنے سے فریقین کے صحت کے خراب ہونے کا اندیشہ ہے۔

پانچواں باب

حمل اور اس کے متعلقات ضروری باتیں

علامات حمل

۱۔ بعد فراغت جماع عورت کا جسم شسست پڑجائے۔ بوجھ سا معلوم ہو پسینہ پیشانی پر آجائے۔ مادہ باہر نہ نکلے ۔

۲۔ کھٹی ڈکاریں آویں۔ جی متلاوے۔ قے آوے۔ شیریں چیزیں کھانے کو دل چاہے۔
۳۔ بدن کے رونگٹے کھڑے ہو جانا۔ درد سر لاحق ہونا۔ منہ سے تھوک آنا
۴۔ آنکھوں کے آگے اندھیرا آنا یا تیزی آجانا۔ دل کا گھبرانا بھوک کم لگنا۔ پیٹ کا متواتر بڑھنا۔
۵۔ ناف اور اندام نہانی کے درمیان درد ہو اندام نہانی کے جسم آ پڑے ایام ماہواری اور رحم کا منہ بند ہو جائے۔
۶۔ طبیعت میں نفرت سی پیدا ہو جائے چہرہ کا رنگ پھیکا پڑ جائے پیٹ پر میل جم جائے پستانوں کا سیاہ ہو جانا اور ٹیڑھا ہو جانا۔

طریق شناخت حمل:

اگر حمل مشتبہ ہو تو ذیل کے طریق سے تحقیق ہو سکتی ہے

۱۔ صبح نہار منہ لہسن کی ایک پھٹی پھلی اگر حاملہ عورت منہ میں رکھے۔ اور دو تین گھنٹہ آرام کرے۔ اگر منہ سے بدبو آئے تو حاملہ ہونے کی علامت ہے۔
۲۔ اگر چار تولہ شہد پاؤ دودھ میں حل کر کے وقت شام حاملہ عورت کو پلایا جائے۔ تو ناف کے قریب درد ہونے کی صورت میں ضرور حاملہ ہوگی
۳۔ اگر ایک ماشہ تخم تر ملی کا سفوف عورت کو ہمراہ پانی پلائیں۔ تو سرخ یا زرد حالی پیشاب آنے کی صورت میں حاملہ ہوگی۔ سفید پیشاب آنے کی صورت میں حاملہ نہیں ہوتی۔

حمل میں لڑکی یا لڑکا ہونے کی شناخت

اگر یہ معلوم کرنا ہو کہ حمل کے اندر لڑکا ہے یا لڑکی تو حسب ذیل

ایک جوں رکھ کر حاملہ کا دودھ اس پر ڈالیں اگر جوں دودھ سے نکل جائے تو سمجھ لو کہ لڑکی پیدا ہوگی ورنہ لڑکا۔

اگر جوں نہ نکلے تو سمجھ لو کہ رحم میں لڑکا ہے اگر حاملہ کے بدن کا داہنا حصہ بھاری ہو نیز پستان تو چھل اور سرخ اور زیادہ بھری ہوئی ہوا ور اُمیلا نیز درد سر تر ہو۔ حاملہ خوش رہے تو یہ لڑکے کی علامات ہیں اور اس کے خلاف لڑکی کے پیدا ہونے کا خیال ہوتا ہے اگر بائیں پستان کا دودھ بہ نسبت بائیں کے گاڑھا اور پسیدا رہے اور آئینہ پر ڈالنے سے قطرے قطرے ہو جائے تو بھی لڑکے کی علامات ہوتی ہیں:

حمل سے متعلق ضروری ہدایات: ۱- حاملہ کو چاہیئے کہ اکثر غسل کرے اور صاف کپڑے پہنے اور ہوادار مکان میں رہے۔

۲- ہلکی معتدل مگر قوی غذا کھائے۔ سیب، انگور وغیرہ عمدہ پھل کبھی کبھی کھا لیا کرے۔

۳- قابض اور فاسد چیزیں (جو) ترش ہوں نہ کھائے زیادہ گرم زیادہ سرد چیزوں سے پرہیز رکھے دودھ اور گھی کھائے۔ قبض نہ ہونے دے بیٹر پیشاب نہ رکنے دے۔ زیادہ کھانے سے پرہیز کرے۔

۴- غم وغیرہ سے پرہیز کرے اور ہمیشہ خوش و خرم رہے۔

۵- اپنے خوبصورت رشتہ داروں کے پاس آکر بیٹھے اٹھے خوبصورت تصویریں اور نظارے دیکھے۔

۶- قے اور دست آور چیزوں سے پرہیز کرے جلاب لینا سخت مضر ہے

۷۔ سیڑھیوں پر نہ چڑھے نہ بوجھ اُٹھائے اور ہر قسم کی محنت سے پرہیز کرے۔ خیالات کو نیک اور پاکیزہ رکھے۔
۸۔ استقرار حمل کے علم کے بعد مرد کی قربت سے قطعاً پرہیز کرے
۹۔ حاملہ کو دودھ استعمال کرنا چاہیئے اس سے اکثر یہ بھی فائدہ ہوگا کہ قبض نہیں ہوگی۔

حمل اور جنین کی ترقی

استقرار حمل: جب زنانہ اور مردانہ اعضاء تناسل کا اتحاد و اتصال ہوتا ہے تو مرد کا مادہ اس کے عضو سے نکل کر فرج میں داخل ہو کر رحم میں پہنچتا ہے اور عورت کے کسی دانہ سے ٹکراتا ہے۔ بس یہی عمل باعث استقرار حمل ہوتا ہے اس فرج کے دانہ اور مردانہ دانے کے اتصال کے بعد زنانہ حصہ کا دقت تالی اور جسم میں غیر معمولی گرمی پیدا ہو کر اس میں ایک خاص قسم کی تبدیلی واقع ہو جاتی ہے اب وہ دانہ ٹوٹتا اور اس کا بقیہ جس سے جنین بنتا ہے۔ تین ہفتہ تک فلوپین ٹیوبز میں داخل ہو کر یا ہم مل جاتا ہے۔
جرثومی حول: ایک ہفتہ سے لے کر بائیس دن تک بچہ کا حول بنتا ہے۔ اس کے بعد دھڑ پھر سر اور پھر باقی جسم بنتا ہے۔

اقسام حمل

۱۔ حمل طبعی: استقرار کے بعد باقاعدہ ترقی کرے اور پھر جیتا جاگتا بچہ پیدا ہو۔
۲۔ توام حمل: ایک سے زیادہ بچے پیدا ہوں۔
۳۔ حمل غیر طبعی: عورت کے پیٹ میں ایک گانٹھ پڑ جاتی ہے اور

اس کا سبب یہ ہوتا ہے کہ مادہ رحم میں نہیں جاتا بلکہ جسم کے اور حصے میں جا کر پرورش پاجاتا ہے اگر وہ شروع ہی میں خشک ہو گیا تو خیر ورنہ پیٹ چاک کر کے نکالنا پڑتا ہے۔

حمل کاذب

ابتدائی مہینوں میں چند علامات نمودار ہوتی ہیں مگر بچہ نہ پانچویں مہینے کبھی جنبش حرکت نہیں کرتا۔ وضع حمل کے وقت صرف ایک لوتھڑا سا نکلتا ہے یا کچھ بھی نہیں نکلتا۔

نشانات حمل بحساب ماہ

پہلے مہینے کی علامات۔ چہرہ سے کمزوری ظاہر ہو عورت کا رنگ زرد ہو منہ سے رال بہے قے آئے اور بھوک زیادہ لگے۔

۲۔ دوسرے مہینے کی علامات۔ ماہواری حیض بند ہو جائے جی متلائے قے آئے۔ تمام حالات بدل جائیں بدن پر بہتی رگیں ابھر آئیں ناف اندر چلی جائے۔ وہ برن نزدیک ہو جائے۔ پستان بڑھ جائیں اور سخت ہو جائیں۔ دبانے سے درد ہو کر آخر ماہ میں پستانوں کے اندر سفید پانی سا پیدا ہو جائے۔

۳۔ تیسرے مہینے کی علامات: رحم پھیل جائے۔ وہ برن ملائم ہو جائے اگر جائے تو پیشاب کو ہوا میں دو دن رکھیں۔ اس پر جھلی جم جائے۔

۴۔ چوتھے مہینے کی علامات: وہ برن کا سرا پیڑو کے اوپر جائے۔ ناف اوپر کو اٹھے پستان کی گھنڈی گنددی پھول جائے پیٹ سے اسے

کی طرف کو جھک جائے۔
۵۔ پانچویں مہینے کی علامات پستان کی گنڈھی کے گرداگرد سیاہ حلقہ پیدا ہو جائے اور اس پر سفید داغ ہو جائیں حاملہ کی ناف کی گہرائی کم ہو جائے (۶) چھٹے مہینے کی علامات چہرے پر باریک سی چھا جاتی ہے۔ نیز چھائیاں اور رنگین ہو جاتی ہیں متلی قے بد ہضمی ہو جاتی ہے جسم موٹا ہو جاتا ہے پستانوں میں باقاعدہ دودھ آنے لگتا ہے۔
۷۔ ساتویں مہینے کی علامات رحم ناف سے پانچ انگل اوپر آ جاتا ہے اور بچہ پیٹ کے اندر حرکت کرتا معلوم ہوتا ہے۔
۸۔ آٹھویں مہینے کی علامات اندام نہانی کا رنگ بنفشئی ہو جاتا ہے۔ اور رحم ناف سے پانچ انگل اوپر آ جاتا ہے اور مدار دائیں طرف ہٹ جاتا ہے۔ نانویں مہینے کی علامات رحم سینہ کی ہڈی تک پہنچ جاتا ہے مگر وضع حمل کے پندرہ روز پہلے نیچے آ جاتا ہے۔ نانویں مہینے میں بچہ ضرور پیدا ہو جاتا ہے لیکن جتنے دن زیادہ لے اچھا ہے۔

بچے کی حالت ایام حمل میں

ماہ اوّل: جنین استقرار حمل کے دو ہفتہ بعد تک ایک چیونٹی سے بڑا نہیں ہوتا اور ماہ اول کے آخر تک اس کا وزن دو ماشے کے قریب اور طول ایک انچ سے کچھ ہی زیادہ ہوتا ہے۔
ماہ دوم: ناک منہ پلکیں، انگلی اور تمام اعضاء کے نشان بن جاتے ہیں۔ ناخن اور بال بھی نکلتے ہیں۔ جنین کا وزن چھ ماشہ اور لمبائی پونے دو انچ کے قریب ہوتا ہے۔

ماہ سوم: منہ بلکیں۔ جگر دل اور اعضاء تناسل بنتے ہیں جنین کا وزن آدھ پاؤ مگر طول دو انچ سے زیادہ نہیں ہوتا۔

ماہ چہارم: باقی تمام اعضا بننے۔ ور بڑھتے ہیں جنین کا کل وزن آدھ پاؤ مگر طول ۴ انچ سے زیادہ نہیں ہوتا۔

ماہ پنجم: سر پر بال پیدا ہوتے ہیں طول ۸ انچ اور وزن ۴ چھٹانک ہوتا ہے۔

ماہ ششم: طول ۱۲ انچ وزن آدھ سیر سینے میں علامات زندگی اور احساس پیدا ہو جاتا ہے۔ جسم مکمل ہو جاتا ہے مگر یہ ممکن ہے کہ اس کا سر نیچے پاؤں اوپر ہوتے ہیں۔

ماہ ہفتم: وزن ۱/۲ ۱ سیر لمبائی کوئی ۱۴ انچ کے برابر ہوتی ہے بعض عورتوں کو خاص حالتوں میں ساتویں مہینہ میں بچہ پیدا ہو جاتا ہے

ماہ ہشتم: ناخن بھی بنتے ہیں وزن پورے دو سیر کے قریب اور طول ڈیڑھ فٹ۔ اس ماہ میں بھی بچہ پیدا ہو جاتا ہے لیکن شاذ و نادر ہی طبعی عمر کو پہنچتا ہے۔

ماہ نہم: بچہ پہلو سے مکمل ہو جاتا ہے وزن سوا تین سیر طول ڈیڑھ فٹ سے زیادہ نویں مہینے میں وضع حمل ہو جاتا ہے حیض سے فارغ ہونے والی تاریخ یاد رکھیں۔ خواہ حمل ایام ماہواری کے چھوڑ دیا بعد قرار پائے معیار حمل کل ۲۸۰ دن ہوتی ہے۔

نوٹ: دسویں ماہ کے پہلے ہفتہ میں عموماً بچہ پیدا ہو جاتا ہے

دورانِ حمل عام طور پر مستورات کی حالت یا بیماری

پہلا مہینہ: علامات حمل عورت میں زیادہ نمایاں نہیں ہوتی بلکہ کبھی اپنے آپ کو محسوس ضرور کرتی ہے۔

دوسرا مہینہ: جی متلانا۔ قے ہوجانا۔ منہ سے تھوک گرنا رال بہنا بندش حیض۔ پستانوں میں سفید پانی سا پیدا ہو جاتا۔

تیسرا مہینہ: طبیعت کی سستی مزاج کی تبدیلی شکم کا بڑھنا۔

حمل کا یقینی مکمل علامات۔

چوتھا مہینہ: مختلف چیزیں کھانے کو دل چاہے دل میں مختلف خواہشات کا ہونا۔ ہر مطالعہ اور خواہشات کا پورا ہونا ضروری ہے اس مہینے میں رال متلی اور قے بند ہو جاتی ہے۔ پانچواں مہینہ۔ بچہ حرکت کرتا معلوم ہوتا ہے۔

چھٹا مہینہ: حاملہ کا پیٹ بڑھ جاتا ہے۔ بچہ کی حرکت نمایاں ہو جاتی ہے۔

ساتواں مہینہ: حاملہ سست ہو جاتی ہے لیٹی رہتی اور چلنا پھرنا پسند نہیں کرتی۔ طبیعت میں طرح طرح کی تبدیلیاں آتی ہیں۔

نواں مہینہ: آرزو دل میں اولاد کی بڑھ جاتی ہے۔ زیادہ کام سے گھبراتی ہے۔ اس ماہ کے آخر یا دسویں کے آغاز میں اندام نہانی سے سرخی مائل پانی نکلتا ہے۔ درد شروع ہو جاتی ہے اور بچہ پیدا ہو جاتا ہے۔

دسویں مہینہ: درد ہوتا شروع ہوتا ہے۔ جو بچہ ہونے کے آغاز میں

عموماً ماؤں میں جھلیہ پیدا ہو جاتا ہے۔

مضرات حمل

حاملہ کو ذیل کی باتیں منع ہیں کیونکہ اس سے بچہ کمزور ہو جاتا ہے

۱۔ حد سے زیادہ فکر یا رنج و غم کرنا مضر ہے۔

۲۔ جماع خصوصاً اور بے وقت سونا اور جاگنا مضر ہے۔

۳۔ بہت یا روزہ رکھنا پیدل چلنا سیڑھیاں چڑھنا اور محنت طلب کام کرنا مضر ہے۔

۴۔ خوفناک حیوانات یا بدصورت انسانوں کی تصاویر دیکھنا مضر ہے۔

۵۔ قے کرنا اور گھوڑے وغیرہ پر سواری کرنا یا تیزی سے حرکت کرنا مضر ہے۔

۶۔ دیر ہضم اور گرم چیزیں کھانا مضر ہیں۔

۷۔ قے لانے والی چیزیں کھانا اور سخت بستر پر سونا اور زیادہ بھاری کپڑے پہننا مضر ہے۔

۸۔ کچے پھل کھانا اور میلے کپڑے پہننا مضر ہے (۹) پیشاب کم آنا مضر ہے۔ فوراً علاج کریں۔

۱۰۔ حاملہ کو سخت کلام کرنے سے باز رہنا چاہیئے۔

۱۱۔ ماحول میں عیاشانہ خیالات نہ لائیں۔ بے ہودہ کتابیں نہ پڑھائیں

۱۲۔ زیادہ بیٹھنے اور کھانے سے پرہیز کریں۔

۱۳۔ کشتہ جات ہرگز استعمال نہ کرائیں۔

۱۴۔ اندھا یعنی اُلٹا نہ سوئیں ورنہ بچہ مرگی والا یا دیوانہ پیدا ہوگا۔
۱۵۔ زیادہ نہ سوئیں ورنہ بچہ بے وقوف ہوگا۔
۱۶۔ حاملہ زیادہ چیزیں نہ کھائے ورنہ شاید بچہ کوڑھا پیدا ہوگا۔
۱۷۔ نمکین چیزیں کھانے سے بچہ امراض سر میں مبتلا ہوگا۔
۱۸۔ عورت کو چاہیئے کہ وہ آہستہ آہستہ اُٹھے بیٹھے ورنہ حاملہ کے سکڑنے اور گرنے سے کبڑا بچہ پیدا ہوگا۔
۱۹۔ خراب غذائیں کھانے سے بچے کے پھوڑے پھنسیاں نکلیں گی۔
۲۰۔ سرکہ اور گاجر کے بیج نہ کھائیں ورنہ حمل ساقط ہو جائے گا۔
۲۱۔ تنگ و تاریک گلی اور مکان میں نہ رہیں۔

حاملہ کو کیا کرنا چاہیئے

۱۔ ہر وقت مطمئن اور بے فکر رہے۔
۲۔ مقررہ وقت پر سوئے اور جاگے اسی اصول سے عمدہ اور قوی غذا کھائے یا بائیں کروٹ لیٹے اور سوئے نہایت ہلکی ورزش کرے زیادہ نہ سوئے (۳) خوبصورت رشتہ دار مرد عورتوں کے پاس رہے سہنے نیز خوبصورت تصویریں دیکھے دل میں اچھی صورتوں کا تصور کرے۔
۴۔ معتدل اور سرد چیزیں کھائے اور زیادہ گرم چیزوں سے پرہیز کرے
۵۔ نرم بستر پر سوئے۔ فرش یا زمین پر نہ سوئے ہلکے اور صاف کپڑے پہنے۔
۶۔ سیب انگور وغیرہ عمدہ پھل کھائے۔
۷۔ اپنے شوہر سے پیار و محبت کی باتیں کرے اور ناراض نہ ہو۔

۸۔ عمدہ اور مذہبی کتابیں پڑھے۔
۹۔ کثرت کے ساتھ مٹھائی یا نمکین چیزیں نہ کھائے۔
۱۰۔ کھلے اور صاف ہوادار مکان میں رہے۔ پُر فضا باغ میں سیر کرے
۱۱۔ حاملہ بے حجھا آ کا کھائے۔ سیڑھی چڑھے۔
۱۲۔ حاملہ ابتدائی چار ماہ میں ہلکی ورزش کرے۔
۱۳۔ پچھلے چار ماہ میں عمدہ کتابیں پڑھے۔ خیالات نیک رکھے۔
۱۴۔ مکھن، شہد، دودھ، مصری، کھانڈ، ملھٹی، چاول، آڑو، پان انگور
لیسر، گوبر، بادام وغیرہ کھائے۔
۱۵۔ اگر پیٹ تن جائے تو اس پر بادام روغن کی مالش کرے۔
۱۶۔ وضع حمل طبی طور پر ۲۸۰ دن کے بعد ہونا چاہیئے۔ کمی بیشی بھی ہو
جاتی ہے مگر یہ صرف حساب کی غلطی ہوتی ہے۔

جنین کی پرورش

جنین حمل کے زمانے میں ایک غلاف کے اندر رہتا ہے اور وہ پانی سے لبریز ہوتا ہے اور اس غلاف سے حاملہ یا بچہ کو کسی قسم کی تکلیف نہیں ہوتی۔ جنین رحم کے اندر حرکت کرتا ہے اور اوپر نیچے ہوتا رہتا ہے مگر پانی اور غلاف کی وجہ سے ہر قسم کے نقصان یعنی رگڑ وغیرہ تیز ہونے سے محفوظ رہتا ہے اور آنول اور نال کے ذریعہ سے اس کی پرورش ہوتی یعنی اسے غذا پہنچتی ہے آنول کی شکل بیضوی ہوتی ہے۔

جنین کی صورتیں

بچہ ولادت سے پہلے رحم کے اندر اس صورت میں ہوتا ہے کہ اس

صورت نمبر ۲ سے دوسری صورت میں کسی قدر خطرہ ہے کیونکہ اس صورت میں زچہ اور بچہ دونوں کو تکلیف ہوتی ہے لیکن زیادہ بچوں کی ولادت پہلی ہی شکل میں ہوتی ہے۔

تیسری صورت نہایت خطرناک ہے کیونکہ اس میں زچہ و بچہ دونوں کی جان کا خطرہ ہے اس لیے بوقت حمل اچھی دائی یا دایہ کا انتظام ہونا نہایت ضروری ہے کیونکہ وہ ولادت سے قبل بچے کا بازو بدل اور سر نیچے کر سکتی ہے۔

علامات ولادت

حاملہ کا بدن بے چین ہو جائے رحم نیچے تنگ آئے کمر پسلی کو درد ہے اور پیٹ میں بار بار درد اٹھے آنکھیں کمزور معلوم ہوں۔ اندام نہانی سے پانی جاری ہو جائے حاملہ کو پہلو اور پسلیوں کے جوڑ ٹوٹتے معلوم ہوں۔

آنول اور نال

آنول نرم اور نازک اور مجوف ہوتی ہے۔ اس کا وزن آدھ سیر اور طول ۸ سے ۱۰ انچ ہوتا ہے۔ آنول کیا ہے۔ رحم کی اندرونی جھلی پر خون کی رگوں کا ایک گچھا حمل کے دوسرے ماہ پیدا ہو جاتا ہے اور آنول سے خون کی تین پیچیدہ رگیں بچہ اور جنین کی ناف سے گزر کر اس کے جسم میں داخل ہوتی ہیں یہی خون کی رگیں نال ہیں۔

ان تینوں رگوں میں سے ایک موٹی رگ کے وسیلے عورت کا خالص خون جنین میں جا کر اسکی پرورش کا باعث ہوتا ہے اور ارد گرد کی باریک رگوں کا یہ کام ہے کہ ان کے ذریعے جنین کا خراب خون اگر غلاف کے خون میں ملتا ہے اور اسے صاف کرتا ہے الغرض بچہ کی پرورش آنول

اور نال سے بہتی ہے۔

پس خدانخواستہ یہ باہمی سلسلہ ٹوٹ جائے تو پھر جنین کی پرورش ناممکن ہے اور بچہ کا انتقال ہو جانا یقینی ہے۔

ولادت کے وقت غلاف پھٹ جاتا ہے اور پھر آنول کے ساتھ باہر نکل آتا ہے۔

سر کیوں پہلے نہیں نکلتا

اگر بچہ پیٹ کے اندر مر جائے تو ایسی صورت میں پہلے اس کے ہاتھ پاؤں نکلا کرتے ہیں۔

اگر حاملہ پانچ چھ مہینے سفر کرے تو ایسی صورت میں بچہ کا [illegible] ہوتا تھا۔ اگر قبل از وقت یعنی چھ مہینے بعد کبھی وضع حمل ہو جائے تب بھی بچہ الٹا پیدا ہوتا ہے حاملہ کے بیمار ہو جانے سے بھی یہی امر ہوتا ہے اگر دردِ زہ ہوتے وقت پانی کا اخراج شروع ہو جائے تو پہلے سر نہیں نکلتا۔ بلکہ ہاتھ پاؤں نکلتے ہیں۔ اگر بچے رحم میں ایک سے زیادہ ہوں تو پہلے ایک کا سر اور دوسرے کا پاؤں نکلتا ہے۔

علامات اسقاط حمل

قریب پستان کا سکڑ جانا۔ درد کمر۔ خون جاری ہو جانا پستانوں سے خون بہنا۔ ایام ماہواری کا جاری ہو جانا۔

بچے کا پیٹ میں مر جانا

حاملہ کے پستانوں کا ڈھیلا اور نرم ہو جانا بچہ کا پیٹ میں حرکت نہ کرنا اسکے پیٹ میں مر جانے کی علامات ہیں۔ پس اس کے نکالنے کی جلد

کوشش کی جائے۔ پیٹ کا سُن ہو جانا یا جکڑ جانا یا سخت درد ہونا۔ اندام نہانی سے پانی کا اخراج۔ آنکھوں کا بجھ جانا بچے کے شکم میں مر جانے کی علامات ہیں ایسی حالت میں حاملہ کا پیٹ سرد ہو جاتا ہے۔

اصلی دردِ زہ

بچہ پیدا ہوتے وقت کے درد کی علامات اور شناخت حسب ذیل ہے
دردِ زہ کاذب بھی ہوتا ہے۔ یہ بیقاعدہ ہوتا ہے اور درجہ بدرجہ بڑھتا ہے اس کے خلاف صادق یعنی حقیقی دردِ زہ آہستہ آہستہ شروع ہو کر بتدریج اور رہ رہ کر ہوتا ہے۔

تدبیر

پس جب حاملہ کو اصلی دردِ زہ لاحق ہو تو فوراً گدگدے اور صاف بستر پر لٹا دیں اور ہوشیار دایہ کو بلائیں۔
دایہ کا فرض ہے کہ وہ نہایت احتیاط سے اپنے فرائض پورے کرے تاکہ حاملہ کو کم تکلیف ہو اور جتنی جلدی بچہ سہولت سے پیدا ہو سکے۔

دایہ کے فرائض

زچہ خانہ کا کمرہ روشن اور ہوادار ہونا چاہیئے۔ سرد موسم ہو تو حسب ضرورت گرم ہوا اور زچہ کو سرد ہوا سے بچائیں زچہ خانہ ہرگز مرطوب نہ ہونا چاہیئے۔ اس کمرہ میں ضروری سامان کے سوا اور کچھ نہ ہونا چاہیئے۔ اور اس میں شور و غل بالکل نہ ہونا چاہیئے وہاں جس قدر آدمی کم ہوں اچھا ہے تاکہ حاملہ کا دماغ پریشان نہ ہو۔
زچہ خانہ میں دو پلنگ ایک تخت دو کرسیاں ایک الماری کافی

صابن سے صاف کی ہوئی پرانی روئی بھی کافی مقدار میں ہونی چاہیئے
ایک تیز چاقو شہد روغن بادام کسٹرائل زیتون یکمیل کی چار پٹیاں
چھ رومال تولیں پوچھ ٹیکنے کے لئے سفوف۔ دم خون ۔ فلالین
کے ایک ایک گز کے لمبے دو ٹکڑے یا روئی تولئے۔

نلی کا تیل : دو انگوٹھیاں کو ٹلے، گھی گرم پانی بھی مہیا کریں،
دایہ کو لازم ہے کہ وضع حمل کرانے سے پہلے دونوں ہاتھ صابن سے
خوب دھولے۔ اگر ناخن بڑھے ہوئے ہوں تو انہیں تراش لینا چاہیئے
جب بچہ فطرتی طور پر بغیر کسی تکلیف کے پیدا ہو رہا ہے۔ تو جلدی
کرنا اور بچے کو کھینچنا فضول ہے۔ ایسی حالت میں انتظار کرنا ضروری
ہے۔ جتنے کہ بچہ" باسانی تمام خود باہر نکل آئے۔ خواہ مخواہ زور لگانا"
فضول ہے بلکہ اس میں بچہ کی جان کا خطرہ ہے۔

وضع حمل کے وقت یعنی درد اٹھتے" وقت حاملہ کا پیٹ ملنا مضر
ہے اس لئے اس سے پرہیز کرنا چاہیئے۔ جاہل دائیاں اکثر یہ حرکت
کرتی دیکھی گئی ہیں۔ اسی طرح سے جاہل دائیاں اندام نہانی میں
روغن زیتون کی مالش کیا کرتی ہیں لیکن یہ عمل خطرہ سے خالی نہیں
ہے۔ کیونکہ اس سے تسہیل ولادت کی بجائے اکثر اوقات خشکی
اور تنگی بڑھ جاتی ہے۔ دایہ کی ذمہ داری بہت وسیع ہے۔ اس
کی عقلمندی یا جہالت سے زچہ اور بچہ کی صحت و زندگی کا تعلق
ہے پس اسے اپنا فرض نہایت ہوشیاری سے ادا کرنا چاہیئے۔
یہ صحیح ہے کہ بعض دائیاں زچہ سے بھی زیادہ جلد باز ہوتی ہیں پس
ان کا یہ عمل خطرہ کا پیش خیمہ ہے۔

وضعِ حمل کی صورتیں تدابیر

پہلی صورت اس کی کئی صورتیں ہیں اوّل یہ کہ درد زہ کے شروع ہوتے ہی رحم کا منہ کھلنا شروع ہو جاتا ہے اور درد کی زیادتی کے ساتھ ہی منہ زیادہ کھل جاتا ہے۔ حتیٰ کہ چودہ پندرہ انگل کھل جانے کے بعد پانی سے پُر غلاف جس کے اندر بچہ ہوتا ہے۔ رحم کے منہ کے قریب آجاتا ہے اور دو چار اُٹھنے سے زور کھا کر پھٹ جاتا ہے جس سے پانی نکلنا شروع ہو جاتا ہے اور جب بچے کا سر رحم کے اوپر آ جاتا ہے تب پانی کا اخراج بند ہو جاتا ہے۔ دوسری صورت زچہ کو بائیں کروٹ لٹائیں اور پھر اس کے گھٹنوں کو ملا کر پیٹ کی طرف کریں مگر گھٹنوں کے بیچ ایک تکیہ رکھیں اگر وضع حمل ولادت کرنیوالی [illegible] بعد وضع حمل کوئی آدھ گھنٹہ آنول عام طور پر خود نکل آیا کرتی ہے۔ پس رحم میں ہاتھ ڈالنا نہیں چاہیئے۔ زچہ کو آرام آنا اور سونف کا پانی دینا مفید ہے اگر اس کے باوجود رحم نہ کھلے تو کوئی مناسب دوا دیں۔

دوسری صورت میں گرم چیزیں نہیں دینی چاہئیں بلکہ معتدل چیزیں دیں۔ دایہ کو خوب ہشیار رہنا چاہئیے۔ کیونکہ یہ نازک وقت ہوتا ہے۔ اس وقت اسپغول کی دھونی دیں اور کمر پسلی پشت اور سرینوں پر نیم گرم تیل کی مالش کریں جب بچہ کا سر رحم کے منہ کے قریب آجائے تب زچہ کو خراج کے لئے زور لگانے کی تاکید کریں۔ لیکن اس کے باوجود ولادت میں تاخیر ہو تو حاملہ کو زور لگانے سے ہاں ولادت قریب ہو تو حاملہ زور لگائے۔

جب بچہ شرمگاہ کے منہ پر آجائے اور وہ وسیع ہو جائے تو منہ بند کرکے اخراج کے لئے زور کرنا بہت مفید ہے حاملہ کو چاہیئے کہ اوّل آہستہ آہستہ اور پھر بتدریج زیادہ زور لگائے۔

جب بچے کا سر نظر آجائے تو دایہ باہر نکالنے کی کوشش کرے۔ اور زچہ کی تسلی و تشفی بھی کرے جب بچے کا سر باہر نکل آئے۔ تب دایہ اسکی گردن ۔ ۔ ہاتھ رکھ کر دیکھے کہ اس پر آنول تو لپٹی ہوئی نہیں ہے اگر لپٹی ہو تو آہستہ سے کھینچ کر اس کو سر کے اوپر کر دیں۔ اگر گردن پر آنول کے تین چار لپیٹ ہوں تو نہایت احتیاط کے ساتھ ایک بند بچے کی ناف کی طرف اور زچہ کی ناف کی طرف دوسرے کو لگائیں بعد ازاں دونوں بندوں کے درمیان تیز چاقو سے کاٹ کر بچے کی گردن سے علیحدہ کریں اگر یہ تدابیر فوراً نہ کی جائے گی تو بچے کا دم گھٹ جانے کا خطرہ ہے نال کے ٹوٹ جانے سے بھی بچے کی جان کا خطرہ ہو سکتا ہے۔

جب بچہ باہر نکل آئے تو وہ آہستہ سے ہاتھوں پر الٹ لیں اور اسکے قریب دھیما باجہ بجائیں بچہ یہ آواز سنکر رونے لگے اگر بچہ نہ روئے تو سرد موسم میں اس پر گرم پانی کے چھینٹے یا اس سے پنکھا جھلیں اور اگر گرم پانی سے بھی خاموش رہے تو حسب موقعہ موسم کے مطابق گرم یا سرد پانی میں نہلائیں۔ غرض حسبِ ضروری تدبیر کریں بچے کے رونے کے بعد نال کاٹنا چاہیئے اس کا طریقہ یہ ہے کہ بچے کی ناف سے تین چار انگل کے فاصلہ پر نال میں مضبوط ڈورے سے باندھ لیں۔ اس کے بعد ایک انگل کے فاصلہ سے دوسرا بند عورت کی ناف میں باندھیں تاکہ وہ رحم سے نکلنے تک علیحدہ رہے اکثر دیر کے بعد ولادت نال خود خارج کر دیتی ہیں لیکن جا[illegible]

دائیاں نال ہاتھ سے نکالنے کی جدوجہد کرتی ہیں۔ مگر یہ عمل خطرہ سے خالی نہیں ہے پس اس سے پرہیز کرنا چاہیئے۔ کیونکہ نال کے اچھی طرح سے دیوار رحم سے جدا نہ ہونے کی وجہ سے کوئی ٹکڑا رہ جاتا ہے پس وہاں زخم ہو جانے کی وجہ سے خون جاری ہو جاتا ہے پس اگر خون بکثرت آئے تو اس میں زچہ کی جان کا خطرہ ہے۔

آنول بالعموم طور پر نصف گھنٹہ میں نکل آیا کرتی ہے۔ اگر زیادہ دیر لگے تو دایہ کو چاہیئے کہ بایاں ہاتھ زچہ کے پیٹ پر ذرا ٹھہرا رکھ کر نیچے کو دبائے اور رحم کو بھی دبائے تاکہ آنول پوری طرح باہر آ جائے۔ آنول نکل آنے کے بعد بھی کچھ دیر تک رحم کو اوپر سے دباتے رہیں اس سے یہ فائدہ ہوگا کہ زائد خون اور چھیچھڑے باہر نکل آئیں گے اور رحم بالکل صاف ہو جائے گا۔ آنول نکالنے کا ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ ناف پر دایاں ہاتھ رکھ کر دبائیں اور بایاں ہاتھ کمر پر رکھ کر پیٹ کو دونوں ہاتھوں سے گرفت دیں یا پاؤں کی ایڑی سے لے کر سرین تک دبائیں سانپ کی کینچلی یا کھوج بتر کا دھواں دیں۔ شرمگاہ میں دینا آنول کا جلدی نکالتا ہے۔ پیلا مول۔ کٹھ۔ چھوٹی الائچی۔ سونٹھ یا ٹڈبر تنگ۔ سیاہ زیرہ کا جوشاندہ دینا بھی مفید ہے۔

ہینگ۔ کٹ۔ سونف۔ مائیں پھل تیل میں حل کر کے نیم گرم روئی میں بھر کر اندام نہانی میں رکھیں۔ کسی مناسب جوشاندے سے اندام نہانی کا دھوڈالنا مناسب ہے۔

نسخہ: ناگرموتھا ۲ تولہ مائیں پھل ۲ تولہ بیہوا ۳ تولہ سوا تین سیر پانی میں ڈال کر جوش دیں پس جب نصف رہ جائے تو اس میں ایک

کچھ تانت کل قابل ملا دیں! زرا اس سے اندام نہانی کو دھوئیں اس سے بھی تبدیل ہو جائے گا۔ اس کے بعد پیٹ پر گدی رکھ کر باندھیں۔ اور زچہ کو آرام سے لٹا دیں اس سے اسکو نیند آ جائیگی عمدہ علامت ہے بچے کے منہ کو پانی سے خوب صاف کر دیں۔ انگلی کے ساتھ تاکہ اس کا حلق اور منہ صاف ہو جائے۔

توام (جوڑے) بچے

اگر رحم میں ایک سے زیادہ بچے ہوں تو دایہ کو بہت زیادہ احتیاط اور ہوشیاری کی ضرورت ہے پہلے بچے کی ولادت کے بعد رحم اور پیٹ بڑھا ہوا معلوم ہو تو یہ اس بات کی علامت ہے کہ رحم کے اندر دوسرا بچہ موجود ہے۔

اگر پہلے بچے کی ولادت کے پندرہ منٹ کے بعد دوسرا بچہ پیدا نہ ہو تو یہ خطرہ کی علامت ہے۔ پس اگر ایسی حالت پیش آئے تو نہایت ہوشیار ڈاکٹر سے امداد لینی چاہیئے۔

برتھ کنٹرول یا مانعات حمل

اگرچہ برتھ کنٹرول یا حمل کی روک تھام کرنے کا فعل قدرت کے احکام کی خلاف ورزی ہے اور انسانی نسل کے سلسلہ کی قائمی کے لئے قرار حمل کا سلسلہ ایک ضروری اور لازمی امر ہے۔ پھر بھی بعض حالتوں میں اکثر اصحاب کے گھر لازمی اور بکثرت اولاد ہوتی ہے۔ اور وہ اس حالت میں مزید اولاد کے خواہش مند نہیں ہوتے تو ایسے اصحاب کے لئے ذیل کی ہدایات پر عمل کرنا فائدہ مند

ہو سکتا ہے حیض آنے سے چار دن پہلے اور حیض آنے کے دس دن
بعد تک مباشرت سے پرہیز کیا جائے۔
۲۔ قبل از فعل عضو پر چنبیلی کا تیل لگا لیا جائے۔
۳۔ عورت ہر روز ایک لونگ کھائے۔
۴۔ بعد اور قبل عورت فوراً پیشاب کی حاجت رفع کرے۔
۵۔ فریج لیدر کا استعمال بھی رکاوٹ حمل کے لئے مفید ہے۔
نوٹ: اگر حمل قرار پا جائے تو اسے گرانے کی کوشش کرنا خلاف
قدرت اور خلاف قانون ہے اس موضوع پر ہماری کتاب گرہستھ شاستر
کا مطالعہ کریں آج ہی دو روپے کا منی آرڈر کر کے گرہستھ شاستر یعنی برتھ
کنٹرول منگوائیں: پتہ :۔ حمید بک ڈپو۔ نولکھا بازار۔ لاہور

چھٹا باب

اصولِ حفظانِ صحت

جو شخص حفظ ما تقدم یعنی حفظانِ صحت کے اصولوں پر عمل
کرتا ہے وہ نہ صرف ہر قسم کی بیماریوں سے ہی محفوظ رہتا ہے۔
بلکہ عمر بھی طویل پاتا ہے۔ پس ہم ذیل میں بعض اصول تحریر کرتے ہیں۔
اگر ناظرین نے ان اصولوں پر عمل کیا۔ تو یقیناً انہیں مذکورہ فوائد
حاصل ہوں گے:

ہوا۔ انسان کی صحت بلکہ زندہ رہنے کے لیئے ہوا نہایت ضروری شے ہے۔ انسان کیا بلکہ ہر حیوانات اور نباتات کو اسکی اشد ضرورت ہے۔ صاف ہوا کے بود و باش کے مکان یا کام کرنے کے دفتر اور کارخانے ہوادار ہونے چاہئیں۔ آدمی کو ایک دم ہوا نہ ملے۔ تو دم ہوا ہو جاتا ہے۔ کمرہ میں کافی کھڑکیاں اور دروازے ہوں تاکہ ہوا کی آمد و رفت بے تکلف ہو سکے اور اس میں کافی روشنی آسکے غسل خانے اور پاخانے علیحدہ ہونے چاہئیں۔ مکان بند اور تاریک گلیوں میں نہ ہوں بلکہ کھلی اور ہوادار جگہ میں ہونا چاہیئے۔ ورنہ رہنے والوں کی صحت درست نہیں رہے گی۔ کمزور اور طرح طرح کی بیماریوں میں مبتلا ہو جائیں گے۔ دیہات کے باشندے شہریوں سے اسی واسطے مضبوط تندرست اور طویل عمر ہوتے ہیں کہ ان کو کھلی ہوا لگتی رہتی ہے اور شہر والے اس سے بالعموم محروم رہتے ہیں۔ بہر حال انسان کو ہوا کی اشد ضرورت ہے۔ ایک آدمی کے واسطے ۱۰۰ فٹ مربع زمین کی ضرورت ہے۔ کھڑکیوں اور روشندانوں کی بھی ضرورت ہے۔ مکان خشک جگہ میں ہونا چاہیئے۔ نمی بیماری کا گھر ہے۔

کھلے میدان میں سیر کرنا مناسب ہے کیونکہ وہاں تازی تازی ہوا بے تکلف آتی ہے۔

پانی۔ ہوا سے دوسرے درجہ پر ہے آدمی کو صاف پانی پینا چاہیئے۔ کوئیں کے پانی سے نلکے کا پانی بہتر ہے۔ کیونکہ کثافت سے خالی ہوتا ہے۔ غسل کرنا بھی صحت افزا ہے۔ گرم موسم میں تازہ معتدل گرم پانی سے حسب برداشت نہانا چاہیئے۔ نل کے تازہ پانی سے نہانا

زیادہ بہتر ہے۔ زیادہ پانی پینا صحت کو نقصان پہنچاتا ہے۔ کھانا کھانے کے کوئی آدھ گھنٹہ کے بعد پانی پینا چاہئے۔ درمیان میں پانی پینا مضر صحت ہے یعنی بد ہضمی پیدا کرتا ہے۔

چونکہ انسان کے بعض دانت نوک دار بعض گول اور بعض چوڑے اور چپٹے ہیں۔ اس سے ثابت ہے کہ اسکی خوراک مخلوط ہے۔ ڈاکٹروں اور حکیموں کا یہی فیصلہ ہے کہ گوشت اور سبزی دونوں ہی انسانوں کی غذا کا حصہ ہیں۔ نمک بھی لازمی جزو ہے اگر انسان سبزی کھائے تو مرض گوشت خورہ پیدا ہو جائیگا اگر گوشت نہ کھائے تو اس کی قوت باہ کمزور ہو جائے گی۔ جو لوگ گوشت نہیں کھاتے انہیں دودھ گھی مکھن اور تازہ پھلوں کا استعمال کرنا چاہیئے۔ غذا اس وقت یہ کھائیں جب بھوک لگے اور ذرا سی بھوک باقی رہنے پر کھانا ترک کر دیں۔ اس سے صحت درست رہے گی۔ زیادہ کھانے سے پرہیز کریں۔ اگر گرم کھانے کے ساتھ سرد پانی پیا جائے تو دانتوں کو نقصان دیتا ہے۔ زیادہ محنت کرنیوالوں کو زیادہ خوراک کھانی چاہیئے۔ اچار اور ترشی ہر ایک مضر صحت ہیں۔ خصوصاً قوت باہ کو بڑھانے سے معدہ اور دل کی قوت بڑھتی ہے اس کے خلاف ذکر ان اعضا پر برا اثر ڈالتے ہیں۔

ہم مصالحہ ہضم میں مدد دیتا ہے مگر اس کی کثرت نقصان دہ ہے سستی، عیاشی، شراب نوشی، ہر قسم کا نشہ اور سگریٹ وغیرہ یہ سب چیزیں صحت کو خراب کرتی ہیں۔ چائے بھی مضر ہے۔

بہت مرغن اور ثقیل غذا زیادہ مقدار میں کھانا بے وقت

کھانا چبا کر نہ کھانا بلکہ جلد جلد نگل جانا مضر ہے پس عموماً سادہ غذا خوب چبا چبا کر مقررہ وقت پر کھانی چاہیئے۔ زیادہ گھی معدے کو ضعیف کرتا ہے۔ لیکن مناسب ضرور کھانا چاہیئے۔ دودھ پیتا بھی ضروری ہے لباس موسم سرما یا گرما اور دنیا میں ہلکا ہونا چاہیئے۔ مگر بہت ہلکے اور نہ زیادہ بھاری کپڑے مضر صحت ہیں بھیگے کپڑے پہننا پسینے میں ہوا میں یا گرم بدن پر سرد پانی ڈالنا یا پینا نقصان دہ ہے۔ زیادہ گرمی یا زیادہ سردی کے موسم میں بھاری لباس مضر ہے۔

زیادہ دماغی کام صحت معدہ اور آنکھوں کو نقصان پہنچاتا اور سُرخ روشنی بھی آنکھوں کو نقصان دیتی ہے مگر سبز اور نیلی روشنی مفید ہے۔ قیام صحت کے لیئے ہوا پانی غذا مکان ورزش اور شادی ضروری ہے۔ مجرد رہنے سے اکثر بیماریاں پیدا ہوتی ہیں خصوصاً عورتوں کا تجرد تو دوسروں اور خود ان کے حق میں خطرناک ہے کیونکہ زمانہ خطرناک ہے۔

درازئ عمر کے اُصول

۱۔ علی الصبح اُٹھو سبزہ زاروں باغوں اور کھلی ہوا میں سیر کرو۔
۲۔ شہروں کے تنگ گلی کوچوں اور مکانوں کو ہوادار بناؤ۔
۳۔ غذا سادہ کھاؤ سبزی دودھ مکھن گھی اور پھل استعمال کرو۔
۴۔ معاشرت میں اعتدال مدنظر رکھو۔
۵۔ فکر اور غم سے بچو اور ہمیشہ خوش و خرم رہو ورزش باقاعدہ کرو۔

غسل روزانہ کرو اور بدن کے علاوہ لباس بھی صاف کرو۔

۷۔ کبھی کبھی فاقہ بھی کیا کرو۔ بدہضمی کی صورت میں یاد رکھو۔ زیادہ کھانے سے نقصان ہوتا ہے اور کم کھانے سے فائدہ۔ فاقہ اکثر بیماریوں کا علاج ہے۔

۸۔ غذا خوب چبا کر کھانی چاہیئے تاکہ خوب ہضم ہو۔ کھانے کے وقت غم و فکر نہ کرنا چاہیئے۔ اور نہ کوئی کام بلکہ کام کی طرف متوجہ بھی نہ ہونا چاہیئے۔ کھانا سادہ مگر عمدہ صاف قلعی دار برتنوں میں پکانا اور کھانا چاہیئے۔

۹۔ دودھ یا لسی تازہ پینا چاہیئے۔ رکھا ہوا مضر صحت ہے۔

۱۰۔ بکری اور گائے کا دودھ بھینس کے دودھ سے اچھا ہے

۱۱۔ کھانا زیادہ گرم نہیں کھانا چاہیئے۔

۱۲۔ دانتوں کو صاف رکھنا چاہیئے۔

۱۳۔ گرم دودھ یا چائے پی کر سرد پانی سے کُلّی نہ کرو۔

۱۴۔ اصول حفظان صحت پر عمل درآمد کرو۔

۱۵۔ دودھ پینے کے بعد ترشی مت کھاؤ۔ اسی طرح گوشت اور دودھ کا استعمال اکٹھا نہ کرنا چاہیئے۔

۱۶۔ کھانا کھانے کے بعد ہاتھ منہ دھوکر ہاتھ کو سر پر پھیر لینا آنکھوں کی بینائی کو زیادہ کرتا ہے۔

۱۷۔ کھانا کھانے کے بعد پیشاب کرنا مفید ہے۔

۱۸۔ موٹے یا بھوسی والے آٹے کی روٹی کھانا باریک اور میدہ کی روٹی سے اچھا ہے۔ کیونکہ بمقابلہ باریک آٹے موٹے آٹے سے

قبض نہیں ہوتی۔
۱۹۔ کھانے کے بعد سوجانا یا کام شروع کر دینا مضر صحت ہے۔
اس سے پرہیز کریں۔
۲۰۔ رات کو سونے سے آدھ گھنٹہ پہلے تازہ پانی کا آدھا گلاس پی
لینا چاہیئے۔ یہی صبح کے وقت نہار منہ آدھا گلاس پی لینے سے
قبض نہیں ہوتی۔ سردیوں میں بے شک گرم پانی پی لیں۔
۲۱۔ چائے شراب تمباکو سگریٹ وغیرہ سے پرہیز کرنا چاہیئے یعنی
بلغمی مزاج والے کے لئے چائے ٹھیک ہے۔ کیونکہ چائے
سے بلغم جل جاتی ہے۔
۲۲۔ مچھلی دودھ گوشت، خربوزہ، مولی، اروی، رس اور تربوز اکھٹے
نہیں کھانے چاہیئں۔ اس سے پھلبہری وغیرہ امراض کا اندیشہ ہے۔
۲۳۔ رات کو مولی، ککڑی یا ترش دہی سے پرہیز کرنا چاہیئے۔
۲۴۔ مولی خوراک کو ہضم کر دیتی ہے اس کے پتے بھی کھا لینا چاہیئے
۲۵۔ مٹی کا تیل جلا کر زیادہ دیر لکھنا پڑھنا یا کمرہ بند کر کے
سونا صحت کے لئے نقصان دہ ہے۔
۲۶۔ ہر روز سینما دیکھنا خصوصاً گھٹیا درجہ میں آنکھوں کی بینائی
پر بہت برا اثر ڈالتا ہے۔
۲۷۔ اس پنجابی کہاوت کو یاد رکھنا چاہیئے چیت بسیاکھ کھوئیں
جیٹھ ہاڑ سوئیں۔ ساون بھادوں نہائے۔ اسوج کاتک
تھوڑا کھائے۔ منگھر پوہ روٹی ہنڈائے۔ ماگھ پھگن تیل ملائے۔
حکیم دے گھر کدی نہ جائے۔

ساتواں باب

مردوں عورتوں اور بچوں کی بیماریوں کے نہایت مفید اور آسان ترین نسخہ جات

مردوں کی خاص بیماریوں کے مفید اور مجرب نسخے جریان اور سُرعت انزال تالمکھانہ مصفا ایک تولہ موصلی سفید ایک تولہ۔ نسخہ جات : ریش برگد (داڑھی بڑ) ایک تولہ ثعلب مصری۔ ایک تولہ۔ تستا قتل ایک تولہ۔ الائچی خورد ایک تولہ مصری کوزہ سوا تولہ سفوف بنا کر روزانہ صبح ۶ ماشہ شام ۶ ماشہ ہمراہ ایک پاؤ دودھ نیم گرم کے استعمال سے جریان و سرعت انزال کو فائدہ پہنچتا ہے قوتِ باہ کے لئے بھی اکسیر ہے تیل کھٹائی اور میٹھی چیزوں کے استعمال سے پرہیز کرنا چاہئیے۔

نسخہ (۲) کیکر کی گوند چھال پھلی پتے اور پھول برابر لے کر دوگنا مصری ملا کر سفوف بنائیں۔ ہر روز صبح کے وقت ایک تولہ ہمراہ شیر گاؤ۔ ایک پاؤ کھاتے سے جریان کو بہت فائدہ پہنچتا ہے۔ اگر دودھ میں ماشہ شہد بھی ملا لیں تو زیادہ فائدہ ہوتا ہے تیل کھٹائی جماع وغیرہ سے پرہیز کرنا چاہیئے۔

نسخہ (۳) کشتہ قلعی ایک رتی اور کشتہ چاندی ایک رتی ایک ماشہ ہلدی کے سفوف میں ملا لیں اور مکھن گائے تین تولہ میں رکھ کر

کھائیں جریان میں بے حد فائدہ مند ہے تیل کھٹائی سے پرہیز کریں

احتلام کے لئے نسخے :۔ اگر مہینہ میں ایک بار ہو تو کوئی مضائقہ نہیں۔ احتلام کی زیادتی جریان سرعت اور مردانہ کمزوری کا پیش خیمہ ہوتی ہے۔ اس کے لئے حسب ذیل نسخے ہیں :۔

نسخہ نمبر ۱ :۔ تخم تالمکھانہ ایک تولہ تخم سرہاری ایک تولہ تخ قلمی ایک تولہ تعلب مصری ایک تولہ کھلی کیکر ایک تولہ ستاور ایک تولہ موصلی سفید ایک تولہ برابر وزن مصری کوزہ ملا کر سفوف بنائیں خوراک ۶ ماشہ ہمراہ دودھ گائے ایک پاؤ نیم گرم بوقت صبح یا رات کو سونے سے پہلے یہ بہتر مرض جریان کی طرح۔

نسخہ نمبر ۲ : تخم لاجونتی ۶ ماشہ ہمراہ ایک پاؤ دودھ نیم گرم رات کو کھانا کھانے کے بعد استعمال کریں۔

۳۔ ورزش یعنی سر نیچے اور پاؤں اوپر کرنے سے بھی جریان اور احتلام کو فائدہ ہوتا ہے۔ نیز خیالات کو پاکیزہ رکھنا گندی اور فحش کتب کا نہ پڑھنا نیز جریان۔ گندی تصویریں نہ دیکھے جماع سے پرہیز کرے اور کھلی ہوائیں ورزش کرنے سے تمام امراض منی کو فائدہ پہنچتا ہے۔

مردانہ کمزوری نامردی کمزوری بشرطیکہ قدرتی نہ ہو کیلئے مفید نسخہ جات،

ستاور ۲ تولہ بیج بند ایک تولہ۔ تخم کونچ ۲ تولہ۔ گھوکھل ۲ تولہ بدھارا ۲ تولہ اسگندھ ایک تولہ بہمن سرخ ایک تولہ بہمن سفید ایک تولہ

تال چیداں کا سفوف ایک تولہ مگھ ایک تولہ الائچی خورد ایک تولہ
تمام دوائیوں کا سفوف بنائیں اور پانچ سیر دودھ کڑاہی میں ڈال کر
جوش دیں جب دودھ کی مقدار نصف رہ جائے۔ تو دوائیوں کا
سفوف ڈال دیں جب کھوئے کی مانند بن جائے تو ایک سیر کھانڈ
دیسی ڈال دیں اور ٹھنڈا کر لیں۔ تین تولہ صبح تین تولہ شام ہمراہ
دودھ گرم کھانے سے نہایت طاقت آتی ہے سرعت انزال کے
لئے بھی بیش بہا بہتر ہے
۲۔ سستی، نامردی کے لئے کشتہ مونگا چار رتی کشتہ حریان
چار رتی کشتہ پارہ سنگا دس رتی جائفل ڈیڑھ ماشہ کچلہ مدبر ایک
ماشہ دوائیوں کا سفوف بنا کر سب کشتے ملائیں اور ایک ہفتہ کے
لئے اس دوائی کو پڑیا بنا لیں۔ ہر روز صبح کے وقت کھانا کھانے
سے پہلے ایک پڑی پاؤ گرم دودھ کے ساتھ کھائیں سستی نامردی
کے لئے اکسیر چیز ہے۔ تیل کھٹائی اور جماع سے پرہیز کرنا لازمی ہے
۳۔ قوت باہ چمکانے والا بے ضرر نسخہ
دارچینی ۶ ماشہ۔ کلونجی سوا تولہ۔ کیانہ ۶ ماشہ۔ سونٹھ ڈھائی تولہ۔
مگھ ڈیڑھ تولہ سفوف بنا کر برابر وزن مصری ملا لیں۔ چار درم دودھ
پاؤ بھر کے ساتھ رات کو سوتے وقت استعمال کریں۔
نسخہ نمبر ۴: نہایت طاقت دینے والا۔ آدھ پاؤ مگھ کوٹ کر دو
سیر دودھ میں ڈال کر کڑاہی میں جوش دیں جب سارا دودھ جذب
ہو جائے تو اتار کر ٹھنڈا کر لیں اور باریک پیس لیں۔ دوگنا کھانڈ
ملا کر ہر روز تین درم ہمراہ ایک پاؤ دودھ گرم کھائیں تو نہایت

طاقت دینے والی چیز ہے (۵) سستی نامردی کے لئے ایک بے نظیر طلاء مغز بادام آدھ پاؤ مغز چیال گوڑ ایک تولہ پستہ ایک چھٹانک ان کا روغن نکال لیں۔ سیون اور حشفہ چھوڑ کر صرف دو بار ایک ہفتہ میں ملیں۔ پان کا ارنڈ کا تپا یا بندھ کر سورہیں۔ صبح کو گھی یا مکھن مل لیں۔ اس سے بہت ہی فائدہ پہنچتا ہے۔

۶۔ ایک اور مفید طلاء برائے سستی ۲ ماشہ سانپ کی کینچلی لے کر اسے جلا ڈالیں۔ ۲ ماشہ چوہے کی مینگنوں کا سفوف شامل کر کے تھوڑی سی شراب میں سرد و کو ملائیں۔ سیون اور حشفہ چھوڑ کر ہفتہ میں دو بار۔ پان کا پتہ یا ندھ کر صبح کھول ڈالیں۔ صبح گرم پانی سے دھوئیں سستی کے لئے ایک نادر طلاء ہے۔

آتشک کے لئے ادویات

بازاری عورتوں کی صحبت سے یہ نامراد مرض لگ جاتا ہے موروثی بھی اسے بتلایا جاتا ہے۔ باد فرنگ بھی اسے کہتے ہیں۔ مردوں کی وجہ سے گھر کی عورتوں کو ہوتا ہے۔ یہ دو قسم کا ہوتا ہے نر اور مادہ ہیں ذیل کی ادویات سے دونوں اقسام کو بہت فائدہ مند ہے۔

نسخہ نمبر ۱: اسکپول ۶ ماشہ لونگ تولہ الائچی خورد ایک تولہ سب کو مکئی کے پانی میں کھرل کریں۔ جھڑبیری کے پھل کے برابر گولیاں بنائیں روزانہ ایک گولی صبح کو دودھ کی ملائی میں لپیٹ کر نگل لیں چند دن کے بعد فائدہ پہنچتا ہے۔ دوائی کے استعمال سے پہلے

جلاب لینا ٹھیک ہے۔
نسخہ نمبر ۲: رسکپور ایک تولہ دار چکنا ایک تولہ اور اک کا پانی ڈیڑھ پاؤ۔ مونگ کے برابر گولیاں بنائیں۔ ایک ہفتہ میں ایک گولی از قسم ہمراہ بالائی کھانے سے کافی فائدہ ہوتا ہے۔ دوائی سے پہلے جلاب لینا مصفا خون عرق پینا بھی بہت فائدہ دیتا ہے۔
نسخہ نمبر ۳: پھل کنڈیاری ۲ تولہ مرچ سیاہ دو تولہ باریک کر کے ٹھنڈے پانی یا عرق عشبہ کے ساتھ بقدر ۲ ماشہ استعمال کریں، آتشک کے لیئے ایک بہتر نسخہ ہے۔
۴۔ آتشک کے لیئے سفید مرہم مردار سنگ ایک تولہ توتیا تی گرمانی ایک تولہ رال ایک تولہ کتھ سفید ایک تولہ سنگ جراحت دو ماشہ کافور ۲ ماشہ موم سفید چار تولہ روغن گاؤ گھی ایک چھٹانک سب ادویات کو سفوف کریں۔ پھر موم اور گھی کو پگھلائیں۔ جب خوب پگھل جائے تو نیچے اتاریں اور سفوف ملائیں۔ پھر دس بارہ دفعہ پانی سے دھو کر شیشے یا پیالی میں ڈال دیں۔ زخموں پر لگانے سے بہت فائدہ ہوتا ہے۔

سوزاک: یہ مرض حائضہ عورت سے صحبت کرنے ان کچھ جوتے پر پیشاب کرنے اور دیگر ایسی ہی وجوہات سے مثلاً سوزاک والی عورت کے ساتھ مباشرت کرتے سے بھی لاحق ہو جاتا ہے پیپ پڑ جاتی ہے پیشاب ٹیس سے آتا ہے جریان کا عارضہ بھی اس مرض سے ہو جاتا ہے ذیل کی ادویات سوزاک کے لیئے فائدہ مند ہیں۔
۵۔ سرد چینی ۱۲ ماشہ کشتہ قلعی ۲ رتی۔ برگ جل نیم ۱۲ ماشہ سفوف

کر کے دو تین بار شربت بزوری کے ساتھ کھانے سے سوزاک کو فائدہ پہنچتا ہے۔ اگر خون اور پیپ بھی آتی ہو تو حسب ذیل نسخہ نمبر ۲ استعمال کریں (۲) پھٹکڑی بریاں ایک ماشہ رال ساڑھے تین ماشہ برابر کھانڈ دیسی ملا لیں۔ بکری کے دودھ کی لسی کے ہمراہ دو تین دن پلانے سے سوزاک کو آرام آجاتا ہے۔ نسخہ نمبر (۳) کیکر کے پتے سبز ڈیڑھ تولہ پھٹکڑی سرخ دو ماشہ باریک رگڑ لیں پھر اس میں ایک پاؤ مکو کا عرق ڈال دیں اور چھان کر دو رتی کشتہ قلعی کے ہمراہ پیئیں۔ ایک ہفتہ میں سوزاک کو آرام آجاتا ہے۔

نسخہ نمبر ۴: دس سالہ سوزاک کو دو ہفتہ میں آرام دینے والا بیروزہ مدبر خشک ایک تولہ الائچی دانہ کلاں ایک تولہ سر یشم ایک تولہ برادہ صندل ایک تولہ باریک کر کے بقدر دو ماشہ اسپغول یا دودھ بکری کے ہمراہ ہر روز استعمال کریں۔

نسخہ درد گردہ: گردہ کا درد بھی امراض منی کا نتیجہ ہوتا ہے۔ اس کے لئے ایلوا ایک تولہ نوشادر ایک تولہ ریوند خطائی ایک تولہ لے کر سب کو خوب باریک کر لیں بوقت ضرورت صرف دو رتی ہمراہ شربت صندل استعمال کریں بہت فائدہ پہنچتا ہے۔

امساک کیلئے نسخہ: امساک قدرتی ہی اچھا ہوتا ہے۔ امساک کیلئے دوائیاں استعمال کرنا نقصان دہ ثابت ہوتا ہے پھر بھی شوقینوں کو بعض حالتوں میں دیگر اصحاب کو کسی حد تک امساک کی دوائیوں کی ضرورت پیش آتی ہے۔ ذیل میں چند ایک نسخے

دیئے جاتے ہیں۔ جو نقصان دِہ نہیں۔ نسخہ: منقہ ڈھائی دانہ کھل جنا ڈھائی دانہ افیون ۱/۲ رتی اچھی طرح پیس کر گولی بنا لیں ایک پاؤ گرم دودھ کے ساتھ صحبت سے ایک گھنٹہ پہلے استعمال کریں۔ امساک کے لئے اچھی چیز ہے۔

عورت کو پہلے انزال کرانا: اگر مباشرت کے وقت مرد کو پہلے انزال ہو جائے۔ تو ٹھیک نہیں رہتا۔ عورت بھی چنداں خوش نہیں ہوتی۔ اس کے لئے پہلے بیان کردہ مساس والے قاعدوں کو مدّ نظر رکھنا چاہیئے۔

علاوہ ازیں مشک کافور دو رتی سہاگہ چار رتی شہد چار رتی لے کر سب کو خوب ملا کر قضیب پر لیپ کریں۔ صحبت کے وقت عورت بہت جلد منزل ہو جائے گی۔

عورت کا فریفتہ کرنا۔ نسخہ نمبر ۱: بوقت صحبت پر سفید مرغ کا خون مل لینے سے عورت فریفتہ ہو جاتی ہے۔

نسخہ نمبر ۲۔ ببیر بہوٹی سکھا کر گھی میں بھون لینے کے بعد اس کی مالش کر لینے سے بھی صحبت کے وقت عورت کو حد سے زیادہ لطف حاصل ہوتا ہے۔

عورتوں کی خاص بیماریاں اور اُن کا علاج

سیلان الرحم: جس طرح مردوں کو جریان کا عارضہ ہوتا ہے۔
مستورات کو اسی طرح سیلان الرحم کی بیماری ہوتی ہے آج کل
گھریلو کاموں کو شوق سے نہ کرنے، ورزش کی کمی، چکی چرخہ وغیرہ
میں مطلق دلچسپی نہ لینے یا کثرت جماع سے عورتوں کو یہ بیماری ہو
جاتی ہے۔ ڈاکٹروں اور حکیموں کا خیال ہے کہ ۸۵ فیصدی
مستورات اس مرض میں مبتلا ہیں۔ اس مرض میں ہر وقت یا کسی
وقت رحم سے رطوبت یا سفیدی مائل مادہ خارج ہوتا ہے۔
جس سے جسم اور تمام اعضائے رئیسہ کمزور ہو جاتے ہیں۔ اس بیماری
کی کثرت سے حمل بھی قرار نہیں پاتا۔ یہ بیماری گھن کی طرح عورتوں کو
اندر ہی اندر درگور بنا دیتی ہے۔ بھوک کم لگتی ہے۔ چہرہ کی رونق
نہیں رہتی ہے۔ آنکھوں کے گرد کمزوری کے باعث حلقے پڑ جاتے
ہیں۔ ذیل میں اس بیماری کے چند ایک مفید نسخے دیئے جاتے ہیں

۱۔ مازو سبز، سنگ جراحت، بھنے ہوئے چنوں کی چھلکیں ایک تولہ
مساوی وزن مصری ملا کر سفوف بنا کر استعمال کرائیں۔ تھوڑا کر کے ہر
روز تین ماشہ بوقت صبح ہمراہ تازہ پانی یا ایک پاؤ دودھ گاؤ
کے ساتھ استعمال کرائیں۔

۲۔ سیلان الرحم کے لئے ایک بے نظیر چیز ہے۔
سپاری پاک کا نسخہ: سپاری سرخ ایک پاؤ، مائیں خورد پانچ ماشہ
مائیں کلاں پانچ ماشہ، گل سپاری ایک تولہ، گل دھاوا ایک تولہ۔

دانہ الائچی خورد ۹ ماشہ طباشیر ایک تولہ موصلی سفید ایک تولہ گوند داک
بریاں ایک تولہ دودھ گائے چار تولہ تری ادھ سیر پہلے دودھ کو
کڑاہی میں ڈال لیں اور اس میں سپاری کا سفوف ڈال کر کھویا بنا لیں۔
پھر باقی دوائیوں کا سفوف بنائیں بعد تمام مرکب کو آدھ پاؤ گھی
میں بھون لیں پھر کھانڈ کی چاشنی کو ملائیں۔ ہر روز صبح کے وقت
بقدر ۹ ماشہ ہمراہ دودھ گائے نیم گرم استعمال کرائیں سیلان الرحم
کثرت طمث یہ بادنی خون حیض اور سیلان ثانی کے لئے نہایت اعلیٰ
چیز ہے۔

کثرت حیض یا طمث : یہ بیماری بھی عورتوں کو کمزور کر دیتی ہے
رنگ زرد پڑ جاتا ہے اعضائے رئیسہ کمزور ہو کر بانجھ حمل ہو جاتے
ہو ۔ اس کے لئے سپاری پاک کا نسخہ استعمال کریں یا

نسخہ : گیرو ایک ماشہ سنگ جراحت ایک ماشہ سفوف بنا کر ہر
روز مربہ آملہ کے ساتھ ایک خوراک کھلائیں اوپر سے ڈھائی چھٹانک
عرق گاؤ زبان میں دو تولہ شربت انار ملا کر پلا دیں چند دن کے
استعمال سے فائدہ ہو جاتا ہے۔

اختناق الرحم یا ہسٹریا : یہ مرض بھی آج کل عام ہے۔ اس کے
دورے مرگی کے ہوتے ہیں فرق یہ ہے کہ مرگی کے مریض کو ہوش بالکل
نہیں رہتا۔ اسی لئے وہ اپنی حالت بیان نہیں کر سکتا مگر اس مرض
کی مریضہ اپنا حال بیان کر دیتی ہے۔

اسباب : ایام ماہواری یا تولیدی مادہ کا رک جانا۔ اسکا فاسد
ہو جانا۔ اس کے بخارات کا دماغ کو چڑھ جانا۔

علامات: جس وقت اس کا دورہ پڑتا ہے تو مریضہ بالکل ہی
بدحواس ہو جاتی ہے۔ سر میں درد ہوتا ہے آنکھیں تاریک ہو جاتی ہیں
نیز سانس تکلیف سے آتا اور بے ہوشی وغیرہ۔

علاج: بوقت دودھ گلاب کیوڑا وغیرہ منہ اور سینہ پر چھڑک کر
مریض کو ہوش میں لائیں۔

۲۔ مادہ تولید کے رک جانے کی وجہ سے مرض پیدا ہوا ہو تو مریضہ اگر
کنواری ہو تو شادی کرا دیں۔

۳۔ اگر ایام رک جانے کی وجہ سے بیماری پیدا ہوئی ہو تو صبح کے
وقت یہ دوائی استعمال کرائیں۔

نسخہ: بھنگ عمدہ ڈیڑھ تولہ۔ نمک سنگ، نمک دریا، زنجبیل
فلفل دراز، نمک سیاہ ہر ایک ۶-۶ ماشہ کو باریک کر کے لیموں کے
دو سیر رس میں ڈال دیں۔ جب خمیر اٹھ جائے تو زمین کے نیچے دفن کر
دیں اور اکیس روز کے بعد نکالیں۔ دوا کو زہ میں اور دیگر دگی ہوئی ملے گی
نیچے بھی بس اسے نکال کر اور خشک کر کے پیس لیں خوراک ۳ ماشہ سے
۶ ماشہ تک گرم پانی سے صبح کے وقت نہار منہ کھلائیں ایک ہفتہ میں
آرام آ جائے گا۔ یہ بہت مجرب اور کارآمد نسخہ ہے۔ یا کسی قابل ڈاکٹر
سے مشورہ و علاج کرانا چاہیئے۔

دردِ رحم: درد رحم یعنی اندام نہانی کے اندر درد محسوس ہوتا نسخہ
ترکھلہ ۳ تولہ۔ سونٹھ ۳ تولہ گلو ایک تولہ کوٹ کر ایک سیر پانی ملا لیں۔
جب آٹھواں حصہ باقی رہ جائے تو اتار کر چھان لیں۔ اس میں ۲ تولہ
کسٹرائل ملا کر پئیں تو بہت فائدہ پہنچتا ہے۔

خراش رحم: عشبہ ایک تولہ ست گلو ایک تولہ چرائتہ ایک تولہ تخم کوزہ ایک تولہ سب کا سفوف بنالیں۔ خوراک ایک ماشہ صبح و شام ہمراہ عرق سونف ایک ہفتہ میں فائدہ حاصل ہوتا ہے۔

حیض بند ہو جائے تو: اگر حمل کے سوائے حیض بند ہو جائے ایک تولہ مرچ کالی ایک تولہ سنڈھا ایک تولہ مگھ ایک تولہ گڑ ایک چھٹانک کا سفوف بنالیں۔ پھر ایک تولہ سفوف کو ڈھائی پاؤ پانی میں جوش دیں جب چوتھا حصہ باقی رہ جائے۔ تو اُتار کر چھان کر رات کو سوتے وقت پلائیں۔ زیادہ تین دن میں خونِ حیض جاری ہو جائے گا۔ سرد چیزوں اور کھٹائی سے پرہیز کرنا چاہیئے۔

صندل سرخ ایک تولہ برگ نیم ایک تولہ مجیٹھ کھوپرہ مچی بردہ ہر ایک ایک تولہ سب کا سفوف بنا کر بقدر آدھ ماشہ ہر روز بوقت صبح ایام حمل میں کھانے سے حمل نہیں گرتا۔ گرم چیزوں سے پرہیز کرنا چاہیئے

بچہ آسانی سے پیدا ہو: کستہ تین ماشہ قلمی شورہ چار ماشہ دونوں کو ملا کر گرم دودھ سے پلائیں۔ ایک گھنٹہ کے لگ بھگ بچہ پیدا ہو جاتا ہے (ٹوٹکہ) نویں ماہ کے آغاز سے روزانہ چھ ماشہ بادام روغن بوقت صبح وضع حمل تک پینے سے بچہ جلدی پیدا ہوتا ہے۔

دودھ بڑھانے کے لیئے: فلفل دراز ۶ ماشہ زیرہ سفید چھ ماشہ نمک شنگرف دو ماشہ ان کا سفوف بنالیں۔ ایک پیالہ میں بھینس کا دہی ملا کر کھلائیں۔ یہ ایک خوراک ہے۔ دن کو استعمال کریں۔

سرکہ دس تولہ میں ایک چھٹانک

ڈھیلے پستانوں کے لئے: مازو پیس کر پستانوں پر لیپ کرائیں اور

کس کر باندھ دیں۔ چھاتیاں یعنی پستان سخت ہو جائیں گے۔

تنگی فرج کے لیے: مازو چار ماشہ پھٹکڑی دو ماشہ دونوں کو ۶ ماشہ گھی میں ملائیں صحبت سے پہلے اندام نہانی پر لگانے سے فائدہ پہنچتا ہے کیونکہ سیلان الرحم یا کثرت جماع وغیرہ سے عموماً فراخی کی شکایت ہو جاتی ہے۔

خوبصورتی کے لیے: صندل سرخ ایک تولہ کیسر ۲ ماشہ ناگ کیسر ایک تولہ کافور چار ماشہ سب کو پانی میں ملا کر منہ پر لیپ کرنے سے چہرہ خوبصورت ہو جاتا ہے۔

عورت کی شہوت کو کم کرنا: تین تولہ شربت صندل میں ۶ ماشہ تخم کاہو ڈال کر تھوڑا پانی ملا کر ایک ہفتہ تک پلائیں شہوت کم کرنے کے لیے مفید ہے۔

۲۔ پھٹکڑی بھون کر اجوائن خراسانی کے تین تین ماشہ اکھٹا کریں۔ ڈیڑھ ماشہ کی گولیاں بنائیں۔ ایک گولی صبح کو پانی سے کھلاویں۔

امراض بچگان کے لیے مفید نسخہ جات

بچوں کی حفاظت والدین کا فرض مقدم ہونا چاہیے ان کی دیکھ بھال ان کی بیماریوں کی طرف متوجہ ہونا چاہیے بچے نہ صرف والدین کی آنکھوں کا نور ہوتے ہیں بلکہ قوم کی مایۂ ناز دولت ہوتے ہیں کسی نے صحیح کہا ہے کہ آج کے بچے کل کی قوم ہیں۔ بچوں کی صحیح تربیت قوم کے سدھار کرنے والی بات ہے۔ لیکن افسوس یہ ہے کہ ہمارے ملک میں بچوں کی بیماریوں کے علاج کے متعلق

خبیرہ یہ نسخہ جات دیئے جاتے ہیں ناظرین کو ان سے مستفید ہونا چاہیئے۔

بچوں کے بخار کا علاج : چرائتہ۔ گلوے برگ کی چھال نیم کی چھال تمام دو دو رتی لے کر کاڑھا بنا کر بچوں کو پلانے سے بخار دور ہو جاتا ہے۔

نسخہ (۲) طباشیر دو رتی الائچی خورد دو رتی ست گلو ایک رتی گروہ ایک ماشہ پیس کر چار پڑیاں بنائیں۔ ایک سال کے بچے کے لیے ایک، پڑیہ دو سال کے بچے کو دو پڑیہ دودھ میں گھول کر پلانے سے بخار کو آرام ہو جاتا ہے۔

سوکھا پن ڈبہ یا درد پسلی کیلئے اکسیر

نسخہ (۱) ایلوا چھ ماشہ سونٹھ چار ماشہ۔ زعفران ڈیڑھ ماشہ پیس ایک بوٹی لونگ چار عدد ہڑ خورد چھ ماشہ۔ اور کے ایک چھٹانک رس میں رکھ کے برابر گولیاں بنائیں۔ ایک گولی صبح ایک شام ماں کے دودھ کے ساتھ کھلائیں۔

نسخہ (۲) گیٹو لوچین ایک چاول کھیر کھلانے سے بھی ڈبہ یعنی درد پسلی کو بہت فائدہ پہنچتا ہے۔

بچوں کی کھانسی کا علاج : دار چینی تین ماشہ ملیٹھی ایک تولہ مگھال ایک تولہ طباشیر ایک تولہ گڑ تین تولہ سفوف بنا کر دو رتی ماں کے دودھ میں گھول کر دیں۔

بچہ کا پیٹ کا درد : نوشادر میٹھا۔ جوکھار۔ گیرو سفوف بنائیں دو رتی ماں کے دودھ میں گھول کر پلانے سے آرام آ جاتا ہے۔

بچہ کی قبض کے لئے

کسٹر آئیل ولایتی تین ماشہ۔ ماں کے دودھ کے ساتھ حل کر کے پلائیں

ایک دو دست آجانے سے پیٹ ہلکا ہو جائے گا۔

خوبصورت اولاد پیدا کرنا

خوبصورت اولاد پیدا کرنے کے واسطے ابتدا ہی سے احتیاط کرنی لازمی ہے کیونکہ سب سے پہلے حاملہ عورت کے جو نقائص ہیں ان کو پورا کیا جائے۔ ہدایت یہ کارآمد ہے کہ جب عورت چوتھے دن اشنان کرے تو سب سے پہلے اپنے خاوند کا درشن کرے یا خوب صورت تصویریں دیکھے۔ اگر کوئی چیز میسر نہ ہو۔ تو اپنا منہ آئینہ میں دیکھے۔ پھر ہر وقت گرودان سندر سروپ یا خوبصورتی کا تصور کرے۔ جیسا کہ گرودان کے بیان میں لکھا ہے اور دل کو خوش و خرم رکھے۔ رنج و وہم و اضطراب کو پاس تک نہ پھٹکنے دے۔ اور قرار حمل پا جانے پر حاملہ عورت سنسکرت کے مطابق دیوتا برہمن اور بزرگوں کی پوجا یعنی خدمت کرے۔ ان کی بے عزتی ہرگز نہ کرے۔

ہر طرح سے پاک و صاف رہے اور پرماتما کی یاد کرے اور چوتھے ماہ دوسروں کی بھلائی کرے۔ رشتہ داروں سے محبت کرے اور چوتھے ماہ جو خواہشات پیدا ہوں ان کو پورا کیا جاوے تو خوبصورت اولاد پیدا ہو۔ اگر مندرجہ بالا باتوں کے خلاف عمل کیا جاوے تو جو اولاد پیدا ہو گی، وہ بدصورت۔ لولی لنگڑی۔ کانی۔ اندھی۔ گونگی۔ خونی۔ بدکردار۔ بدمعاش اور چور فتنہ ساز ہو گی۔

بچہ کی بیماری معلوم کرنے کا طریقہ

۱۔ جب بچہ روئے تو یہ معلوم ہونا چاہیئے کہ اسے ضرور کچھ تکلیف ہے
۲۔ بچہ جس مقام پر بار بار ہاتھ لگائے اس جگہ اور جس جگہ کسی دوسرے کا ہاتھ نہ لگنے دے اس جگہ کوئی نہ کوئی تکلیف جاننی چاہیئے۔
۳۔ اگر بچہ آنکھیں بند کرے تو سمجھو کہ اس کے سر میں درد ہے۔
۴۔ اگر بچے کو قبض ہو یا قے کرے پستان کو چبائے پیٹ میں گونج ہو یا پیٹ پھول جائے تو پیٹ کی بیماری سمجھو۔
۵۔ اگر بچہ کا پیشاب اور پاخانہ رک جائے اور بچہ کو درد معلوم ہو۔ ادھر ادھر دیکھے تو سمجھو کہ مثانہ پیشاب اور مقعد کی بیماری ہے۔
۶۔ اگر بچہ سوتے سوتے اٹھے اور اٹھتے ہی رونے لگ جائے۔ سسکیاں بھرے اور اس کی پیشانی پر بل پڑ جاویں۔ تو بچے کو سینے کی بیماری ہے۔
۷۔ اگر بچہ کھانستا ہو اور بہت روئے تو تر کھانسی اور درد پسلی کا ہے۔
۸۔ اگر بچہ منہ کھول کر جلدی جلدی سانس لے اور اس کے نتھنے سانس لیتے وقت پھول جائیں تو ڈاکٹر لوگ اسے نمونیہ کہتے ہیں مگر عام لوگ اسے ڈبہ طفلان کہتے ہیں۔
۹۔ اگر بچہ کان کی طرف بار بار انگلی لے جائے تو درد کان ہے۔
۱۰۔ اگر بچہ کی زبان میلی ہو اور پاخانہ بدبودار اور سیاہ رنگ کا ہو تو پیٹ کی بیماری سمجھو۔

۱۱۔ اگر سوتا ہوا بچہ دانت پیسے یا ناک کو کھجائے یا گڑگڑ سے پیشاب اور پاخانہ کی جگہ کو ملتا رہے تو جان لو کہ اس کے پیٹ میں کیڑے ہیں جسے عام لوگ چمونے بھی کہتے ہیں۔
۱۲۔ اگر بچہ گھٹنے سکڑے اور بھنویں چڑھائے تو پیٹ میں درد کی علامت ہے۔
۱۳۔ اگر بچہ کے پیشاب میں سفیدی نظر آئے اور پیشاب میں میٹھ جاوے تو معدہ اگنی یعنی خرابی ہاضمہ کا عارضہ ہے۔
۱۴۔ اگر پیشاب کی رنگت سرخ ہو تو اسکی علامت سے جاننا چاہیئے کہ بخار ہونے والا ہے۔

بچوں کے دیگر امراض کا علاج

پیشاب بند ہو جائے تو: الائچی خورد۔ جوکھار۔ نوشادر۔ قلمی شورہ ایک ایک ماشہ لے کر کاڑھا بنائیں۔ چار مرتبہ پلانے سے پیشاب کھل کر آئے گا۔

دانت آسانی سے نکلیں: گل دھاوا مگھ سفید دھا نمک تینوں کا سفوف بنا کر ذرا سا شہد ملا دیں اور مسوڑھوں پر مل دیا کریں، دانت آسانی سے نکل آتے ہیں۔ بچہ کو خاص تکلیف بھی نہیں ہوتی۔

بچوں کا کان درد: رسونت ایک تولہ ملائیں (مکو کے پتوں کا پانی دو تولہ لے کر اس میں) دو قطرے ڈال دینے سے آرام ہو جاتا ہے۔

بچوں کی ہچکی کے لئے: بادام رو کڑی کا سفوف بقدر تین رتی

لے کر ایک ماشہ مکھن میں ملا کر چٹا دیں۔ ہچکی کو آرام آجاتا ہے۔

زبان کے چھالے: الائچی خورد۔ سرد چینی۔ طباشیر ہر ایک مساوی وزن لے کر سفوف بنائیں۔ صرف آدھ ماشہ بچہ کے منہ میں ڈال دیں۔ چھالوں کو آرام ہو جائے گا۔

بچوں کی نکسیر کے لیئے: پھٹکڑی چھ ماشہ کوٹ کر لیموں کے رس بقدر ایک تولہ میں ملا کر سر پر لیپ کر دیں۔ آرام آجاتا ہے۔

بچوں کا جریان: بعض مرتبہ کمسن بچوں کے پیشاب میں سفیدی سی آنی شروع ہو جاتی ہے۔ اس کے لئے تیار سی آملہ کا مربہ چند دن کھلانے یا آٹے کا پانی پلانے سے آرام ہو جاتا ہے۔

زنانہ و مردانہ عام بیماریوں کے مشترکہ علاج

کسیر موسمی بخار: کاسنی ۶ ماشہ۔ آلو بخارا ایک تولہ۔ املی ایک تولہ نیلوفر ۶ ماشہ۔ بنفشہ ایک تولہ رات کو بھگو دیں۔ صبح کو خوب مل کر اور چھان کر پی لیں۔ یہ ایک خوراک ہے۔

رات کے بخار کے لیئے: اجوائن ۳ ماشہ سونف ۳ ماشہ الائچی خورد تین ماشہ۔ اجوائن تین ماشہ۔ رات کو بھگو دیں اور صبح چھان کر کھانڈ ملا کر پی لیں۔ رات کو آنے والے بخار کے لئے بہت فائدہ بخش ہے۔

کسیر بخار صفراوی: عناب چار عدد لسوڑھیاں ۳ ماشہ نیلوفر ۱ ماشہ تین چار دن حسب ترکیب بالا استعمال کریں۔ اور

تیسرے دن کے بخار کے لیئے: برگ نیم تین عدد۔ کالی مرچ ۵ عدد کسفوٹ بنا کر ایک گھنٹہ بخار ہونے سے پہلے کھائیں فائدہ پہنچاتا ہے۔

پرانے بخاروں کے لیئے اکسیر عرق: برگ درخت سفیدہ تازہ و نرم ایک پاؤ پختہ۔ برگ درخت نیم تازہ و نرم ایک پاؤ پختہ کا اصلی ایک چھٹانک۔ اجوائن دیسی تین تولہ۔ گلو تازہ کوفتہ نصف سیر پختہ چرائتہ۔ اصلی و تازہ نصف سیر عناب ولایتی ایک پاؤ زیرہ سفید ایک پاؤ کالی زیری ایک پاؤ پختہ۔ گل بنفشہ ایک چھٹانک گل گاؤزبان نصف پاؤ پختہ تمام ادویات سے تین گنا ڈالیں۔ تین دن رات بھگوئیں۔ پھر عرق نکال کر اس عرق میں اسی قدر یہ دوائیاں پھر بھگو دیں۔ اور دوبارہ عرق کشید کریں۔ خوراک ۲ تولہ

ہیضہ بچش کے لیئے فائدہ مند ہیں۔

اکسیری گولیاں: کافور ایک تولہ کتھہ ایک تولہ بھنگ چھ ماشہ برگ نیم ۳ ماشہ عرق گلاب میں کھرل کر کے ماشہ کے برابر گولیاں بنا لیں۔ ایک ایک گولی تین گھنٹہ کے بعد عرق گلاب کے ساتھ دیں۔

برائے درد سر قسم: افیون چھ ماشہ تخم دھتورہ چھ ماشہ سونٹھ ۳ ماشہ۔ گوند ۵ ماشہ عرق گلاب میں گھول کر کے چنا کے برابر گولیاں بنائیں۔ خوراک ایک ایک تولہ گرم پانی سے استعمال کریں۔

اکسیر ہچکی: کلونجی باریک کر کے ایک ماشہ سرد پانی سے کھائیں ۲ تولہ نوشادر ایتیٹ کا تھوڑا تھوڑا چاٹ لیں۔

اکسیر دردِ سینہ یا چھاتی : نوشادر ۴ تولہ مگھ ۴۲ عدد باریک کر کے ڈھائی ماشہ ہمراہ گرم پانی کے ساتھ کھائیں۔

اکسیر ہاضم : مرچ کالی ایک تولہ مگھ ۶ ماشہ سونٹھ ۶ ماشہ ہینگ ۲ ماشہ اجوائن ۲ تولہ نمک سیاہ ایک تولہ ٹاٹری ایک تولہ۔ انار دانہ دو تولہ۔ دارچینی ۶ ماشہ۔ باریک کر کے ایک ماشہ ہمراہ گرم پانی۔

اکسیر دردِ گردہ : املوا ایک تولہ۔ نوشادر ایک تولہ ہمراہ شربت صندل فائدہ مند ہے۔

اکسیر بواسیر : الائچی خورد ۲ تولہ طباشیر ۲ تولہ ناگ کیسر دو تولہ بھجن گاے دو تولے سفوف کر کے نغدر ۶ ماشہ صبح و شام صرف چنے کی روٹی کی چوری بنا کر کھائیں۔

۲۔ کھٹا انار دانہ سایہ میں خشک کر کے ہمراہ تازہ پانی صبح کے وقت نہار منہ کھانے سے ہر قسم کی بواسیر کو چند دن میں فائدہ ہوتا ہے۔ ترشی بادی اشیاء سے پرہیز کرنا چاہیئے۔

۳۔ تخم ریحان نیم برشت کچے بھنے کرتے ایک کف دست نہار منہ پھانکنے سے ہر قسم کی بواسیر کو چند دن میں فائدہ ہوتا ہے۔

اکسیر داد : روغن تارپین ایک چھٹانک کافور دیسی ایک تولہ حل کر کے لیپ لگایا کریں۔ ۲۔ باسی تھوک یعنی صبح بیدار ہوتے وقت فوراً ہی تھوک مل دیا کریں چند روز میں کافی آرام ہو جاتا ہے

۴۔ موتیا کے پتے یا سنگترے کے چھلکے ہر روز ملنے سے بھی داد

کو فائدہ پہنچتا ہے ۔

۴۔ ترپھلہ ۴ تولہ، نوشادر ایک تولہ۔ کپور ایک تولہ باریک کر کے پانی سے لگایا کریں۔ داد کے لئے بہت فائدہ مند ہے ۔

اکسیر نکسیر: سبز ترد کی نسوار لینے اور آملہ کا پانی پینے اور سر پر ڈالنے سے بہت فائدہ ہوتا ہے ۔

برائے زہر سانپ: تیلا تھوتھا۔ گری ریٹھہ۔ نوشادر۔ سنکھیا سفید ہر ایک تین ماشہ لے کر سفوف بنالیں۔ آک کا دودھ چھ ماشہ میں ملا کر زہر والی جگہ کو چھیل کر اس پر لگانے سے آرام ہوتا ہے

نوٹ:- مریض کو ۲۴ گھنٹے تک پانی نہ پلانا چاہیئے۔ پانی کی جگہ دودھ گھی ملا کر پلانا چاہیئے ۔

علاج مرگی: زعفران عقرقرحا مساوی وزن شہد میں ملا کر نہار منہ کھانے سے چند دن میں فائدہ ہوتا ہے ۔

۲۔ مولسری کو پانی میں پیس کر اس کی نسوار لیتے رہنے سے بہت فائدہ ہوتا ہے ۔

علاج یرقان: ایک تولہ گلو لے کر پاؤ بھر پانی میں جوش دیں جب دو تولہ رہ جائے تو برابر شہد ملا کر کھانے سے چند روز میں فائدہ ہوگا ۔

علاج پیچش: سونٹھ۔ مصری۔ سونف مساوی وزن لے کر سفوف بنالیں۔ ۶ ماشہ صبح کو شربت انجبار۔ شربت توت کے ہمراہ کھائیں۔ دو دن میں فائدہ ہوتا ہے۔ ۲۔ آملہ و شہد ایک ماشہ نہار منہ چاشٹ لینے سے کافی فائدہ پہنچتا ہے ۔

خوراک ہی چاول کھائیں۔
۳۔ لیموں جیز شہد ملا کر کئی مرتبہ کھائیں۔

واقع لعل گند: دار شنگ کو پرانے سرکہ میں پیس کر لیپ کریں۔ دو آڑو کے پتے کے رس نکالیں اور مل دیا کریں۔

علاج درد کمر: چھوسی گندم اجوائن لہسن ہر ایک دو تولہ گڑ پرانا کم از کم سال بھر کا ڈھائی چھٹانک سب کو کوٹ لیں۔ ایک گولی صبح و شام بقدر ایک تولہ بنا کر کھائیں چار پانچ دن میں فائدہ پہنچتا ہے۔

علاج چھیپھری: کالا سانپ ٹکڑے ٹکڑے کر کے اور کھیس کے سنگ میں ڈال کر منہ بند کر کے جلائیں۔ سانپ کی راکھ کو چنبیلی کے تیل میں لگاتے سے داغوں کا رنگ بدل جاتا ہے۔

خنیق النفس: زعفران کشمکش کالی مرچ برابر وزن لے کر کوٹ لیں۔ ہر روز چھ ماشہ استعمال کریں بہت فائدہ پہنچتا ہے۔
۲۔ پالک کو بطور خوراک بنا کر بہت فائدہ حاصل ہوتا ہے یعنی پالک کا ساگ بکثرت کھائیں۔

کھانسی کے لئے: بھٹکٹیہ کی جڑ اور پتے جلالیں۔ راکھ شہد میں ملا کر چاٹے۔ بہت فائدہ ہوتا ہے۔
۲۔ ملٹھی کا رس چوسنے سے بھی معمولی کھانسی کو فائدہ ہو جاتا ہے۔

واڑ درد کے لیئے: لونگ کا تیل لے کر روئی کے پھاہے میں ملا کر داڑھ میں رکھ دیں۔ پانی نکلنے کے لئے دس منٹ منہ ڈھیلا چھوڑ دیں۔ آرام ہو جائے گا۔

بال بڑھانے والا تیل: آملہ ۵ تولہ۔ میتھی ایک تولہ۔ آب انگور ۵ تولہ آب چقندر ۵ تولہ۔ آب مولی۔ ۲ تولہ مویز منقہ ۲ تولہ تخم سن ۲ تولہ۔ تخم کرڑھل ۵ تولہ تخم نارنج ایک تولہ تخم زیتون ۴ چھٹانک تل کا تیل آدھ سیر۔

پہلے خشک چیزوں کو چقندر اور انگور کے پانی میں بکالیں اور اس میں ایک پاؤ آملے کا پانی ملا دیں۔ جب جوش کھا کر نصف پانی رہ جائے تو جو شاندہ کو روغن زیتون اور روغن کنجد میں ملا کر اس قدر پکائیں۔ کہ پانی جل جائے اور صرف تیل باقی رہ جائے

بال گرنے دور ہوں

روزمرہ سرڑ کھایا کریں اور معتدل زندگی گذاریں۔ سرڑ کھانے کی ترکیب یہ ہے۔ کہ جیٹ بیساکھ میں ہم وزن شہد کے ساتھ۔ اور جیٹھ اساڑھ میں مویز منقہ یا گڑ کے ساتھ۔ ساون، بھادوں میں نمک سیاہ کے ساتھ۔ اسوج کتک میں مصری کے ساتھ مگھر پوہ میں سونف کے ساتھ ماگھ پھاگن میں ۳ عدد فلفل دراز کے ساتھ۔

نسخہ خضاب: مازو ۴ چھٹانک سنگ راسخ ۴ تولہ نوشادر ۲ تولہ پھٹکڑی دو تولہ گوند کتیرا ڈیڑھ تولہ آملہ چار تولہ مازو کو تل تیل میں بھونیں جب وہ سیاہ ہو جائیں۔ تو ان کو

دوسری چیزوں کے ساتھ کوٹ پیس کر سفوف بنالیں۔ لگانے کی ترکیب یہ ہے کہ اول بالوں کو گرم پانی سے دھوئیں مگر پانی میں سوڈا اور صابن ضرور ڈالیں۔ اور بعد ازاں بال خشک کر کے لگائیں اور چار گھنٹے کے بعد دھو کر تیل لگائیں۔

بال صفا صابن بنانا: ایک چھٹانک کھڑیا مٹی تین پاؤ۔ زرد بیرم سلفائیڈ ایک پاؤ۔ سوڈا دھوبی ویزلین ایک پاؤ خوشبو سٹرونیلا ایک اونس۔ بنانے کی ترکیب یہ ہے۔ پہلے کھڑیا مٹی کو باریک پیس لیں۔ پھر سوڈا اور بیرم سلفائیڈ ملا لیں بعد ازاں ویزلین میں سٹرونیلا ملا کر اس میں کھڑیا وغیرہ ڈال دیں۔ اور سانچے میں ڈال کر جما لیں۔ بال صفا صابن بن جائے گا صابن کے ٹکڑے کا گاڑھا لیپ لگائیں۔ پانچ سات منٹ کے بعد کپڑے سے پونچھ لیں۔

فیس کریم بنانا۔ سفید ویزلین۔ ایک پونڈ سینٹ جس میں عطر چنبیلی نصف تولہ اور پیس کر پہلے ویزلین کو پگھلائیں اور ذرا ٹھنڈا ہونے دیں۔ بعد میں خوشبو ملا کر شیشیوں میں بھر لیں منہ پر ملنے والی کریم بن جائے گی۔

کشتہ جات بنانے کا طریقہ

کشتہ بنانا۔ ہڑتال ورقی بقدر ۲ تولہ پیس کر رکھ لیں ایک گھیکوار کا پتا لے کر اس پر آدھی ہڑتال کا سفوف رکھ لیں۔ اس کے اوپر ناگ شاہی ایسیہ رکھ دیں اور باقی ماندہ سفوف ہڑتال اوپر ڈالی

دیں۔ اس کے اوپر دوسرا گھیکوار کا پتا رکھ کر خوب گل حکمت کر دیں اور کسی گڑھے میں چھ سات سیر اپلوں کی آگ دیں۔ سرد ہونے پر نکال لیں۔ عمدہ کشتہ ہوگا۔ مگر اس کو آک کے دودھ میں ایک بار تر کر کے ایک آگ دے دی جاوے تو اکسیر بن جاتی ہے۔ خوراک دو چاول سے چار چاول تک برائے نامردی اور دافع امراض بلغمی اکسیر۔

کشتہ ابرک سیاہ۔ ابرک سیاہ کو شدہ کر کے بار باب کر لیں پہلے بڑ کی داڑھی کے رس میں کھرل کر کے آگ دیں۔ پھر آک کے دودھ میں تر کر کے آگ دیں۔ اسی طرح چودہ آگ دیں کشتہ تیار ہے۔ طاقت بدنی و تجارتِ ستم کے واسطے مفید ہے۔

کشتہ قلعی: قلعی کو لے کر اس کے باریک بُرادے کر لیں پھر کچھ مہندی کے پتے کے ایک ٹاٹ پر بچھا کر اوپر قلعی کے ٹکڑے رکھ دیں۔ اور اس کے اوپر اور مہندی کے پتے رکھ کر لیپ کریں اور اس کو آگ لگا دیں۔ قلعی کشتہ ہو جائے گی۔ بھنگ کے نگدہ میں رکھ کر گل حکمت کر کے معمولی دس سیر اپلوں کی آگ دینے سے قلعی کشتہ ہو جاتی ہے۔ خوراک ایک رتی برائے جریان نزمان و مردان اکسیر چیز ہے۔

کشتہ ہڑتال طبقی: ہڑتال ورقی دو تولہ ترکیب: دستورہ ایک چھٹانک بھنگ کے نگدہ میں رکھ کر ایک گولہ سا تیار کریں اور ایک چھٹانک کے نگدہ میں اور بیلاس تھیچرا کی راکھ بقدر آدھ سیر کے کر اوپر نیچے رکھ کر کسی کوزہ میں گل حکمت کریں اور ہوا سے بچا کر ہلکی سی آگ دیں،

کشتہ تیار ہو جائے گا۔
خوراک: دو چاول سے ایک رتی تک امراض بلغمی کے واسطے نہایت مفید ہے۔ نامردی کو دور کرتا ہے۔

کشتہ سونا: سونا چھ ماشہ ریتی سے رگڑ کر باریک کر لیں اور تازہ گلاب کے پھولوں کا آدھ سیر پانی نکال کر اس میں کھرل کریں اور دو پیالیوں میں رکھ کر گل حکمت کر کے خشک کر لیں۔ بعدہ تین سیر اپلوں کے نیچے اوپر رکھ کر کسی گڑھے میں آگ دیں۔ پھر گل حکمت پیالے کے عرق میں اس طرح آگ دیں۔ آگ دینے کے بعد اسکو نکال لیں۔ بعد میں کشتہ محفوظ رکھیں اور حسب ضرورت ایک سے دو چاول تک مکھن یا بالائی میں رکھ کر کھا دیں۔ از حد طاقت دے گا۔

کشتہ فولاد: فولاد عمدہ کو ریتی سے باریک کر لیں کسی مٹی کے کوزہ میں ڈال کر اس کے اوپر جامن کا رس نچوڑ دیں۔ اسی طرح ہر روز اس قدر جامن کا رس ڈالیں کہ فولاد اس میں ڈوبا رہے کچھ عرصہ میں کشتہ فولاد ہو جائے گا۔ پھر اسکو گھیکوار کے رس میں خوب کھرل کر لیں۔ اور ایک بڑا گڑھا کھود کر اس میں اپلوں کی تیز آگ دیں کشتہ عمدہ ہو جائے گا۔ خوراک ایک رتی مکھن میں طاقت کے واسطے اور امراض جگر و تلی کے لئے عمدہ چیز ہے۔

کشتہ چاندی: سادہ چاندی ایک تولہ آک کے دودھ میں بارہ گھنٹہ تک کھرل کریں اور آک کی نرم کونپلوں کا ایک چھٹانک کے قریب نغدہ بنا کر غلولہ سا بنا لیں اور چار پانچ سیر اپلوں کی آگ دیں عمدہ کشتہ تیار ہو گا۔
خوراک نصف رتی سے ایک رتی تک مکھن کے ہمراہ طاقت کے واسطے

مفید ہے۔ اسی طرح شنگرف کا ... پان پر گھول کر کے پھر نیم کے شیرہ میں
کھرل کر کے گولی بنا کر ... میں رکھ کر اوپر سے ... اگر لپیٹ کر گیلی مٹی
کی آگ دی جاوے تو کشتہ عمدہ تیار ہوگا۔ خوراک نصف سے ایک رتی
تک مکھن کے ہمراہ لیں۔

کشتہ شنگرف: ایک تولہ شنگرف کی ڈلی لیں اور سرخ مرچ کے پودے کو جلا کر ایک سیر اس کی راکھ لیں۔ اسی ہانڈی میں نصف راکھ ڈال کر اس پر شنگرف رکھ کر نصف راکھ اوپر ڈال دیں اور ہانڈی کے منہ پر گل حکمت کر دیں۔ نیچے بیری کی لکڑی کی آگ دیں۔ آگ تقریباً ۵ سیر کے دیں۔ کشتہ ہو جائے گا۔ خوراک نصف رتی نامردی اور امراض بلغمی کے واسطے مفید ہے۔

کشتہ سنکھیا: چرچٹہ کی راکھ تقریباً چار سیر لے کر ایک ہانڈی میں نصف تک بھر دیں درمیان میں ایک تولہ سنکھیا کی ڈلی رکھ دیں اسکے اوپر باقی راکھ ڈال کر نیچے اوپلے کی لکڑی کی آگ جلا دیں کشتہ تیار ہوگا۔ مقدار خوراک ایک چاول سے دو چاول تک مکھن یا مناسب بدرقہ سے نامردی کمزوری اعصاب امراض بلغمی دمہ تشنج و جذام کے واسطے مفید ہے۔

کشتہ سنکھ (سیپ) ایک تولہ لے کر لوہے کے برتن میں پگھلا دیں اور ایک تولہ کے واسطے سات عدد پتے لے کر خشک کر لیں۔ اور ان کا سفوف بنائیں۔ یہ سفوف تھوڑا تھوڑا ڈالتے جائیں اور بڑ کی شاخ کا ڈنڈا جو کہ تازہ ہو اس سے ہلاتے جائیں کشتہ خاکستر ہو جائے گا۔ پھر اس کو گھیکوار کے رس میں ٹکیہ بنا کر آگ دیں کشتہ تیار ہے خوراک ایک سے دو رتی سوزاک جریان کے واسطے مفید ہے امساک پیدا کرتا اور قوت باہ بڑھاتا ہے۔ (ختم شد)

112